



تم التصميم

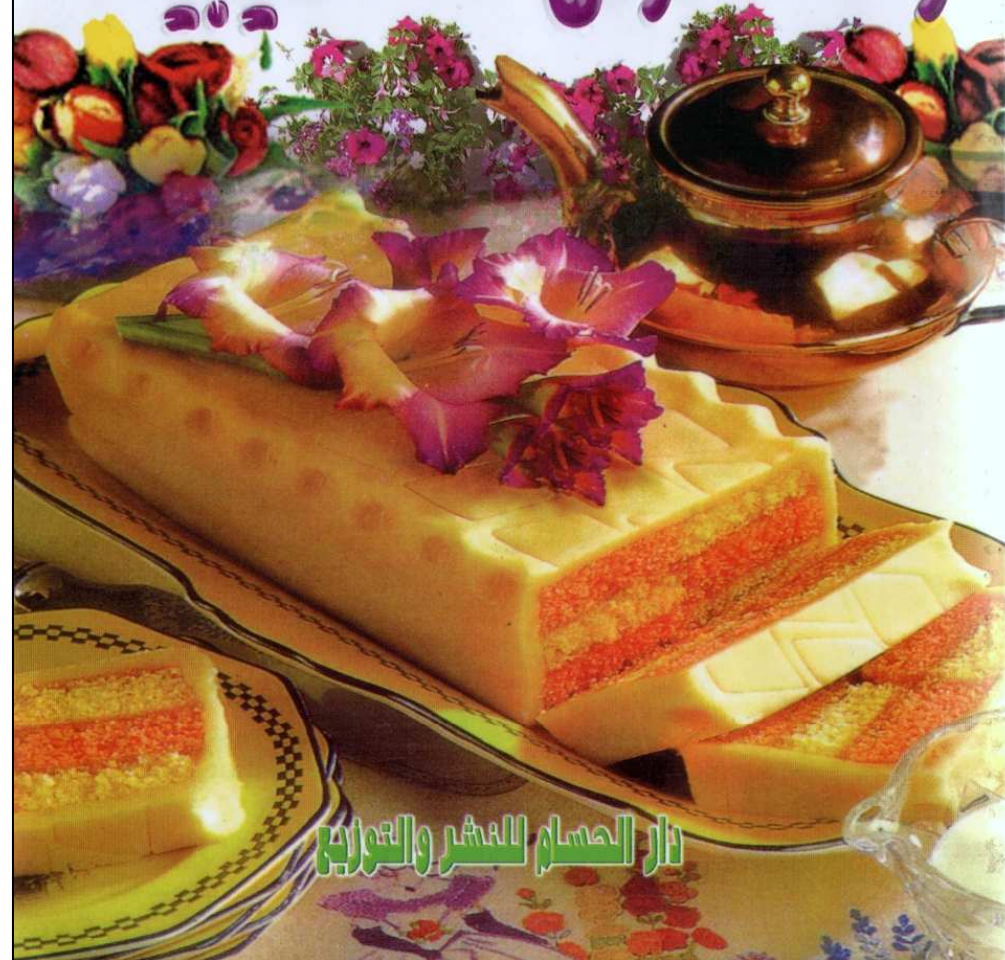
BY: iL MaS

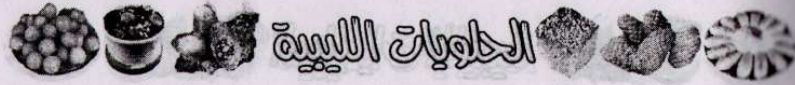
مدونتي

<http://mostafamas.maktoobblog.com/>

أخي الكريم
تذكر جهد غيرك ولا تحرمهم من الدعاء الصالح

الحلويات والمأكولات اللذيذة





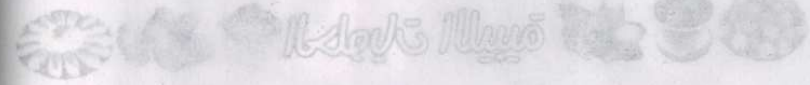
مُتَكَمِّمَةٌ

الحمد لله الذي وفقني لوضع كتاب سهل ومبسط لأشهر الحلويات والمأكولات اللببية والتي أرى افتقاد المكتبة العربية لهذا النوع من الكتاب، فهذا الكتاب هو ثمرة تجربة مع ربات البيوت اللببية صنعتها معهن بنفسني، وتذوقنها وأثنين عليها .

وها هو كتابي الآن بين أيديكن أقدمه إلي كل ربة منزل لببية بوجه خاص وعربية بوجه عام، كتاباً دسماً، قمت فيه بجمع مختلف الأكلات وأطباق الحلوى الشهية اللذيذة التي تتمناها كل ربة منزل لكي تقدمها إلى أهل بيتها.

وأرجو من الله أن تكون الطرق المختلفة التي صنعت بها الأكلات والحلويات سهلة وبسيطة بحيث تكون في متناول يد كل ربة منزل، وأن تكون مفيدة صحياً ويفرح لها زوجها وأولادك، بارك الله لكم في طعامك والله المستعان.

المؤلفة...



الحلويات والمأكولات اللببية

فاطمة أحمد إبراهيم

مُحْفَوظَةٌ
جَمِيعُ حَقُوقِ

دار الحسام للنشر والتوزيع

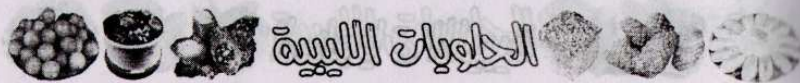
12 ش لبنان باشا - قصر المؤتة - الفجالة - القاهرة

0106423537 - فاكس 5058084

البريد الإلكتروني houssam_dar@yahoo.com

رقم الإيداع بدار الكتب والوثائق القومية 2005/9053

الترقيم الدولي 7-003-405-977



الحلويات اللببية

الشوكية

المقادير:

- 6 أكواب من الدقيق.
- 2 كوب من الزبد أو السمن.
- كوب من السكر الناعم.
- ملعقة صغيرة من البيكنج بودر.
- 2 كوب من الفستق المهروس.
- ملعقتين من الفانيليا.
- 2 كوب من الكورن فليكس.
- 2 كوب من الفستق أو اللوز أو الشيكولاته الخضراء.

طريقة التحضير:

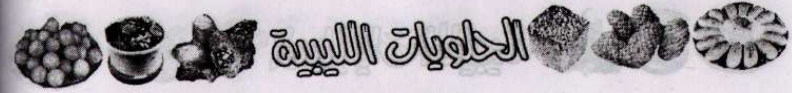
- يخفق السكر والزبد والفانيليا مع صفار البيض بواسطة مضرب البيض.
- يعجن الفستق والكورن فيلكس مع الدقيق والبيكنج بودر.
- تشكل العجينة حسب الذوق، وترص في صينية الفرن ثم توضع في الفرن علي نار هادئة حتى تنتضج.
- تخرج من الفرن وتترك حتي تهدأ
- تغمس القطع في الشيكولاته ثم تغمس في الكورن فيلكس والفستق.
- تحفظ الحلوى في وعاء محكم الغلق.



تنتكته

تتكون من عجينة من الدقيق والسكر والزبد والفانيليا والبيكنج بودر والفستق المهروس والكورن فيلكس والشيكولاته الخضراء. يتم تحضيرها بطريقة بسيطة وسهلة. يتم خلط السكر والزبد والفانيليا والبيكنج بودر مع الدقيق لتشكيل عجينة متماسكة. ثم تضاف الفستق المهروس والكورن فيلكس والشيكولاته الخضراء إلى العجينة. يتم تشكيل العجينة في شكل كرات صغيرة وتوضع في صينية الفرن. يتم خبزها في فرن مسبقاً ساخناً لمدة 15 دقيقة. ثم تترك لتبرد وتقطع.

...مقادير: كم الإبداع دار الكتب والوثائق القومية 2005/9053
الرقم الدولي 7-093-405-977



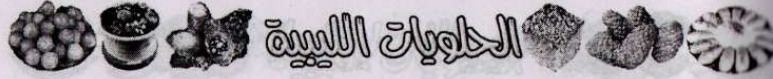
شباب حبيبي

المقادير:

- كوب من الحليب أو عصير البرتقال.
- كوب ونصف من الزيت أو الزيت.
- كوب كبير من المربي.
- 2 كوب من المكسرات المهروسة.
- 2 كجم من الدقيق.
- 2 ملعقة من البيكنج بودر.
- كوبين ونصف من السكر.
- ذرة ملح ملعقتين من الفانيليا.
- 6 بيضات.

طريقة التحضير:

- يخفق البيض مع السكر والزيت واللبن والعصير.
- يعجن الدقيق والبيكنج بودر.
- ثم تضاف عجينة الدقيق والبيكنج بودر معه مخفوق البيض ، ويعجن جيداً حتي تصبح غليظة القوام.
- يبطن الطاجن بالزيت وتفرّد العجينة فيه ويترك جزء صغير من العجينة خارج الفرن.
- قبل أن يوضع الطاجن في الفرن يدهن وجه العجين بالمكسرات والمربي.
- نضع قليل من الدقيق على العجينة المتبقية وتصنع شرائح.
- توضع على الخليط السابق على شكل شرائح مربعة الشكل.



الحلويات اللذيذة

- توضع في فرن متوسط الحرارة لمدة 35 دقيقة.
- بعد ان تنتضج تخرج من الفرن.
- تترك لتبرد مدة نصف ساعة
- تفرغ علي صينية ملساء.
- تقسم وتقدم في أطباق التقديم.

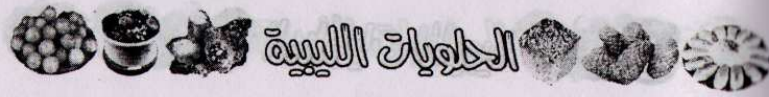
التمرية

المقادير:

- 2 كوب من الدقيق.
- 1/2 كوب من الزيت.
- 1/2 كوب من الماء الدافئ.
- 1/2 ملعقة من خميرة الخبز.
- 1/2 ملعقة من خميرة الخبز.
- ملعقة من البيكنج بودر.
- 1/2 كجم من التمر المعصد.
- 1/2 كوب من اللبن الحليب.
- مقدار من السمسم والمكسرات وذرة ملح.

طريقة التحضير:

- يعجن الدقيق مع البيكنج بودر والملح والزيت والماء والخميرة.
- تقسم العجينة إلى قسمين.
- يوضع النصف الأول في صاج مدهون بالزيت ويفرد.
- توضع عليه الم
- كسرات والتمر ثم تفرّد عليه قطعة العجين الأخرى.



• تترك لتبرد بعد أن نضجت ثم تغمس في العسل ثم المكسرات وجوز الهند وتقدم في أطباق التقديم بطريقة جميلة.

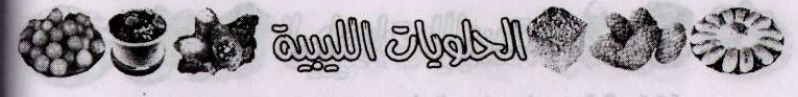
حلوى عين الطرجان

المقادير:

- كوب من السمن.
- كوب من السكر الناعم.
- ملعقتين من الفانيليا.
- مقدار من جوزة الطيب.
- ملعقتين صغيرتين من البيكنج بودر.
- كوب من النشا.
- ملعقتين من عصير الليمون.
- 2 كجم من الدقيق.
- 4 أكواب من الكاكاو البودرة.
- 1/2 كجم من مربى الفراولة.
- 2 كوب من الزبد.
- بيضتين.

طريقة التحضير:

- يدعك السكر في السمن جيداً.
- يضاف البيض والفانيليا وجوزة الطيب.
- يعجن الدقيق والنشا والبيكنج بودر في مقدار من الماء.
- تشكل العجينة على شكل كرات صغيرة.
- يخفق البيض والليمون خففاً جيداً.



- يدهن وجه العجين باللبن الحليب والسمسم.
- توضع في الفرن فوراً قبل أن تختمر.
- بعد أن يتم نضج العجين تترك لتبرد تماماً ثم تقطع لقطع صغيرة حسب الحاجة.

أصابع القرقة وعسل المكسرات

المقادير:

- 1/2 كوب من السكر الناعم.
- بيضتين
- 2 كوب من السمن.
- 2 ملعقة من الفانيليا.
- 2 كوب من الجلجلات.
- 2 كجم دقيق.
- ملعقة صغيرة من البيكنج بودر.
- كوب من الزبد أو السمن السائح.
- مقدار من عسل المكسرات المهروس.
- ملعقة ممسوحة من القرقة.

طريقة التحضير:

- يضاف السمن أو الزبد إلى السكر ويتم هرسهما جيداً.
- يضاف البيض للفانيليا ثم الجلجلات والقرقة.
- ويعجن الدقيق والبيكنج بودر عجنًا جيداً.
- يتم تشكيل العجين على شكل أصابع.
- توضع في الفرن حتى تتضج.



طريقة التحضير:

- يدعك السكر في السمن أو الزيت.
- يضاف بعد ذلك البيض ثم الفانيليا ثم ماء الورد مع التقليب المستمر.
- يتم عجنهم بالدقيق والبيكنج بودر.
- يلف العجين حول أصابع التمر.
- يوضع في الفرن لمدة 1/2 ساعة حتى ينضج.
- بعد أن ينضج يترك ليبرد ثم يغمس في الشيكولاته ويغمس في الفستق.
- يوضع في التلاجة قليلاً ثم يقدم.

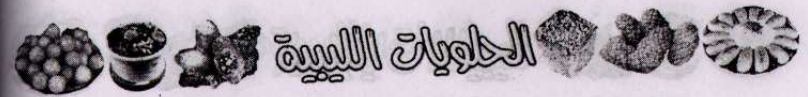
الغريبة

المقادير:

- 2 كوب من السكر الناعم.
- 2 ملعقة من الفانيليا.
- 1/2 كجم من جوز الهند المطحون جيداً.
- 4 أكواب من السمن السائح.
- 2 كجم من الدقيق.
- ملعقة كبيرة من البيكنج بودر.

طريقة التحضير:

- يخلط السمن جيداً مع السكر والفانيليا.
- تضاف المكسرات وجوز الهند.
- يعجن الدقيق والبيكنج بودر ويضاف على الخليط السابق.
- توضع في الفرن هادئ الحرارة ويترك حتى ينضج المزيج.



- وتغمس كرات العجين في الخليط السابق ثم تغمس في الكاكاو.

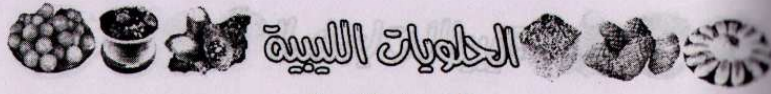
- توضع في فرن متوسطة الحرارة لمدة 5 دقائق.
- تخرج من الفرن وتصنع في كل كرة ثقب من الأعلى.
- يوضع في هذا الثقب القليل من المربي ثم تعاد للفرن مرة أخرى.

- تترك في الفرن الهادئ الحرارة حتى تنضج.
- بعد أن تنضج تترك لتبرد.
- ترص في أطباق التقديم بطريقة شيقة.
- تقدم بارده وبالهناء والصحة.

حلوى التمر بالشيكولاته

المقادير:

- كوب مليء بالسكر الناعم.
- 2 كوب من الزيت.
- 2 ملعقة من الفانيليا.
- 1/2 كوب من النشا.
- 1/2 كوب من ماء الورد.
- كوب من الفستق المهروس.
- بيضتان.
- ملعقتين صغيرتين من البيكنج بودر.
- 1/2 كجم تمر ملفوف على شكل أصابع.
- 1/2 كجم من الشيكولاته بالبندق.



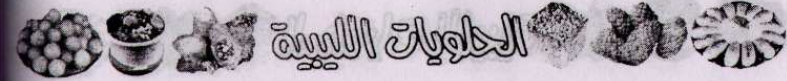
الغريبة بالعسل

المقادير:

- 2 كوب من عصير البرتقال.
- 2 كوب من السكر الناعم.
- 2 كوب من الزيت.
- 2 كوب من السمن أو الزبد.
- كوب من ماء الورد.
- 2 كجم ونصف من الدقيق.
- 4 ملاعق صغيرة من القرفة.
- 2 ملعقة صغيرة من البيكنج بودر.
- كوب من جوز الهند أو اللوز المهروس.
- 2 كوب من العسل.

طريقة التحضير:

- يدعك السكر في السمن والزيت مع عصير الليمون جيدا.
- تضاف القرفة للخليط السابق.
- يعجن الدقيق والبيكنج بودر ويتم عجن كل المقادير معا.
- يقطع ويشكل العجين حسب الرغبة باليد او بماكينئة مخصصة لهذا الغرض.
- توضع في الفرن حتى تتضج.
- بعد أن تتضج تغمس في العسل.
- ترش الغريبة باللوز وجوز الهند.



الغريبة اللبنة

- عندما تتضج تخرج من الفرن وتترك لكي تبرد.
- ترص في أطباق التقديم ومن الممكن أن تزين بالسكر الناعم.
- وبالهناء والصحة لك ولأولادك.

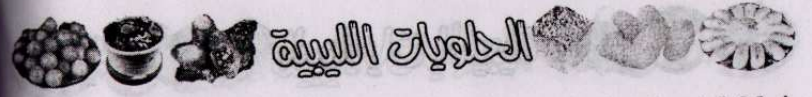
الغريبة العيون

المقادير:

- 3 أكواب من الدقيق.
- 1/2 ملعقة جوزة الطيب أو الحبهان.
- 3/4 كوب من الزبد أو السمن.
- 1/4 كوب من الزيت.
- 1/2 ملعقة صغيرة من البيكنج بودر.
- 1/4 كوب من النشا.
- 1/2 كوب من السكر الناعم.
- 1/2 كوب من نكهة الفراولة.

طريقة التحضير:

- يدعك السكر في الزيت والزبد ويضاف إليهم بيضة واحدة.
- يتم وضع جوزة الطيب والحبهان على نكهة الفراولة.
- يعجن الدقيق والنشا والبيكنج بودر لتصبح عجينة ناعمة.
- تقطع العجين لدوائر متوسطة الحجم ونعمل ثقوب في وسطها ويتم وضع القليل من المربي في هذا الثقب.
- توضع في الفرن لمدة 12 دقيقة.
- بعد أن تتضج نتركها لتبرد حتى تصبح جاهزة للتقديم.



الحاويات اللبينة

طريقة تحضير العسل:
المقادير:

- 4 أكواب من السكر.
 - 3 أكواب من الماء.
 - مقدار مناسب من القرفة.
- طريقة التحضير:

- يوضع السكر والماء على نار هادئة وتقلب جيداً لمدة ¼ ساعة حتى يذوب السكر جيداً.
- يضاف بعد ذلك عصير الليمون والقرفة.

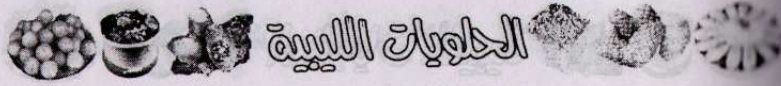
الغريبة بدقيق السميد

المقادير:

- ½ كوب من السكر.
- كوب كبير من السمن.
- 2 ملعقة من ماء الورد.
- 1 كجم من دقيق السميد.

طريقة التحضير:

- يدعك السمن باليد حتى يتحول لونه للأبيض.
- يضاف السكر وماء الورد ونستمر في الدعك حتى يصير الخليط خفيفاً. ويضاف الدقيق مع الاستمرار بالتقليب حتى تتكون عجينة متوسطة اللبونة ومتجانسة.
- يرش صاج بدقيق السميد ويتم فرد الدقيق عليه حتى يصبح في مستوى واحد ومتساوي السمك.



الحاويات اللبينة

- يقطع العجين مثل البقلاوة يوضع في الفرن في درجة حرارة هادئة حتى تتماسك وتتضج.
- يرش عليها السر الناعم وهي ساخنة.
- تترك حتى تبرد وتقدم باردة.

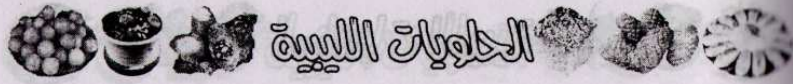
البسبوسة

المقادير:

- كوب كبير من السكر.
- 2 كوب من الدقيق.
- ملعقتين صغيرتين من البيكنج بودر.
- 6 أكواب من السمن.
- ½ كوب من الزيت.
- ½ وبمن الماء الدافئ.
- 2 كوب من العسل.

طريقة التحضير:

- يوضع السمن والسكر والبيكنج بودر والدقيق في وعاء.
- يعجن المزيج السابق بالزيت والماء ويفرد العجين في طاجن مدهون بالزيت والدقيق.
- تقطع إلى مربعات أو أي أشكال أخرى.
- توضع في الفرن حتى يتحول لونها للأصفر الذهبي.
- تسقى البسبوسة بالعسل البارد.



الحلويات اللبينة

- يصب الخليط في الطاجن ويقطع إلى مربعات.
- يتم ترك الخليط لمدة 4 ساعات قبل أن يوضع في الفرن ويغطى بقطعة قماش.
- يوضع اللوز فوق العجين بطريقة فنية.
- يتم وضعه في الفرن حتى يتحول للون الأصفر الذهبي.
- بعد ذلك يخرج من الفرن ويسقى بالعسل.

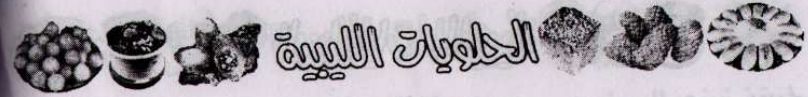
كرات الثلج

المقادير:

- كوب كبير من الزيت.
- 2 كوب من الزبد.
- كوب من النشا.
- 1/2 كوب من ماء الورد.
- كوب كبير من سكر البودرة.
- 2 كجم من الدقيق.
- 1/2 ملعقة من البيكنج بودر.
- 2 كجم من الدقيق.
- ملعقتين من الفانيليا.
- بيضتين.

طريقة التحضير:

- يدعك الزبد والسكر والزيت معا.
- يوضع البيض والفانيليا وماء الورد.
- يعجن الدقيق والنشا والبيكنج بودر لتصبح العجينة ناعمة.
- تشكل العجين ككرات أو أصابع وتوضع في الفرن لتتضج.



الحلويات اللبينة

المارينج

المقادير:

- 2 كوب من السكر.
- ملعقتين من الليمون.
- 6 بياض بيض.

طريقة التحضير:

يخفق بياض البيض على حمام مائي ويضاف الليمون والسكر بالتدرج حتى يصبح الخليط متماسك.

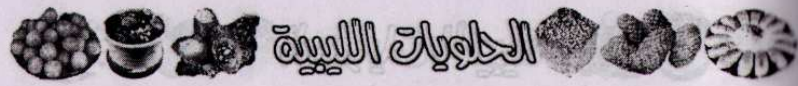
السبوسة بالزبادي

المقادير:

- 6 أكواب من السميد.
- 3 أكواب من الدقيق.
- 2 كوب من الزبادي.
- كوب من اللوز.
- ملعقتين من الفانيليا.
- 2 كوب من السكر.
- ملعقة كبيرة من البيكنج بودر.
- ملعقتين كبيرتين من السمن أو الزبد.

طريقة التحضير:

- يذاب السكر مع الزبادي.
- يضاف السمن والسميد والدقيق والبيكنج بودر بالتدرج للمزيج السابق. وتضاف بعدها الفانيليا.
- يدهن الطاجن بالزيت أو الدقيق.



الحلويات اللبينة

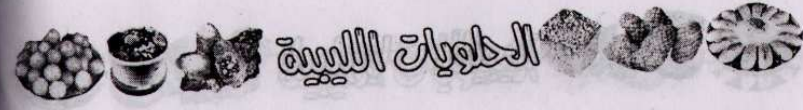
حلوى العمبر

المقادير:

- 1/2 كوب من السكر.
- 2 كوب من جوز الهند.
- 1/2 ملعقة من المربي.
- 1/2 ملعقة من الأرز المطحون.
- 1/2 ملعقة من الليمون أو الفانيليا.
- 3 بيضات.

طريقة التحضير:

- يعزل بياض البيض عن صفاره.
- يضاف السكر وعصير الليمون والفانيليا وجوز الهند إلى بياض البيض.
- تستمر عملية التقليب على نار هادئة دون أن يصل الخليط إلى درجة الغليان.
- تنتهي عملية التقليب المستمرة بمجرد ذوبان السكر.
- تضاف بعد ذلك المربي ويمكن أن تشكل باليد أو بواسطة القمع ويوضع على ورق زبد وتوضع لوزة في الأعلى.
- يوضع في الفرن لمدة 1/4 ساعة.
- يترك حتى يبرد ثم يوضع في وعاء محكم الغلق.



الحلويات اللبينة

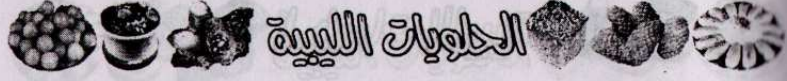
بسكويت الهدايا

المقادير:

- كوب من السكر الناعم.
- ملعقتين من الفانيليا.
- كوبين من المكسرات المهروسة.
- 2 كوب من الزبد.
- كوب من النشا.
- كوب من الزيت.
- ملعقة من البيكنج بودر.
- 2 كجم ونصف من الدقيق.
- 1/2 كوب من السمسم المطحون.
- بيضتين.

طريقة التحضير:

- يخفق الزبد والزيت والسكر ضرباً جيداً.
- يضاف للمزيج السابق البيض والفانيليا ويمكن استبداله بعصير الليمون.
- نرش المكسرات المطحونة على العجين.
- يعجن الدقيق والنشا والبيكنج بودر.
- يتم تشكيل العجين على شكل مستطيل كبير أو مربع وتوضع بعد ذلك في الفرن.
- بعد أن تنتضج العجينة يوضع بين طرفيها كريمة أو شيكولاته بيضاء.



الحلويات اللبينة

طريقة التحضير:

- يعجن جوز الهند المبشور والفسنق والشيكولاتة وتعمل كرت منها توضع في الثلاجة لبعض الوقت.
- تغمس الكرات في الشيكولاتة وتدحرج في جوز الهند الملون.
- تعاد للثلاجة وتترك لمدة 2 دقيقة.
- يعاد وضعها في ورق خاص للحفظ وتقدم مع أي شراب.

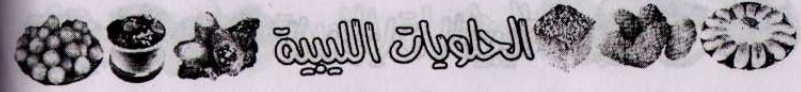
الكليه

المقادير:

- كوب من السكر الناعم.
- كوب من الزيت.
- 2 كوب من اللوز المهروس.
- كوب من النشا.
- ملعقة كبيرة من البيكنج بودر.
- كوبان من الزبد.
- بيضتين.
- 2 ملعقة فانيليا.

طريقة التحضير:

- يدعك السكر في الزبدة والزيت ثم يضاف الفانيليا والبيض.
- يضاف الدقيق والنشا والبيكنج بودر ويتم عجن الخليط عجنًا جيدًا.
- يوضع اللوز في المنتصف.
- تصب العجينة في صينية أو صاج وتوضع في الفرن حتى تتضج ويحمر وجهها.



الحلويات اللبينة

العصير واللوز

المقادير:

- كوب من اللوز المحمص.
- بياض بيضة.
- 1/2 كوب من السكر.
- 1/2 ملعقة فانيليا.
- ورق زبد.

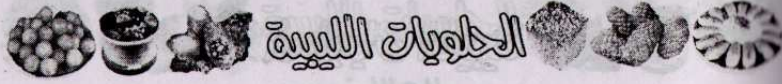
طريقة التحضير:

- يطحن اللوز المحمص في الخلاط.
- يخفق البيض ويضاف إليه السكر والفانيليا.
- يضاف اللوز المطحون للخليط السابق.
- تشكل العجينة على هيئة دوائر وتوضع على ورق الزبد.
- توضع في الفرن لمدة 3 دقائق.
- يقدم بعد أن يبرد.

الحلوى المشكلة

المقادير:

- 1/2 كجم لبن حليب.
- مقدار من جوز الهند الملون.
- 5 أكواب من جوز الهند المبشور.
- 1/2 كوب من الفستق المهروس.
- 1/4 كوب من الشيكولاته المبشورة.



الحلويات اللبينة

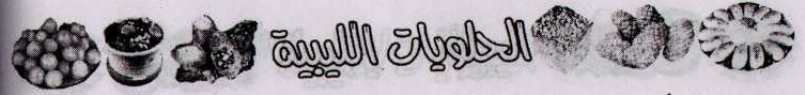
اللوزة

المقادير:

- ½ كوب من السكر الناعم.
- كوب من النشا.
- كوب ونصف من ماء الورد.
- ملعقتين من الفانيليا.
- كوب من الزبد أو السمن.
- صفار بيضتين.
- كوبين من البندق المحمص.
- مقدار من نكهة اللوز.
- ملعقة صغيرة من البيكنج بودر.

طريقة التحضير:

- يدعك السكر والزبد معا دعكاً جيداً.
- يضاف صفار البيض والفانيليا مع التقليب المستمر.
- يعجن النشا والدقيق والبيكنج بودر بماء الورد.
- تقطع العجينة لقطع صغيرة وتغمس تلك القطع في قليل من الشيكولاتة والبندق ويمكن حشوها بالبندق.



الحلويات اللبينة

- بعد أن تبرد تغمس في الشيكولاتة ويرش عليها اللوز المهروس.

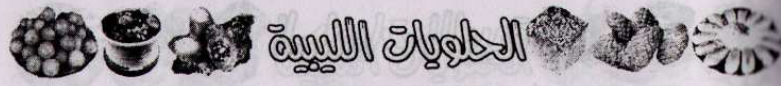
كران العسل

المقادير:

- ½ كجم من اللبن الحليب.
- ½ كجم من الشيكولاتة.
- كوب ونصف من العسل الأبيض.
- كوب ونصف من البندق أو اللوز المهروس.
- 6 أكواب من الكورن فليكس المطحون.
- 6 أكواب كورن فليكس غير المطحون.
- مقدار مميز من الفستق لتزيين الشيكولاتة.

طريقة التحضير:

- نقوم بتسييح الشيكولاتة ونضيف 1/3 كوب من الزيت على حمام مائي.
- يوضع العسل واللبن على الخليط السابق.
- يعجن الكورن فليكس المطحون مع الكورن فليكس غير المطحون.
- تشكل على هيئة كرات يتم وضعها في الثلاجة.
- يتم غمسها في الشيكولاتة والفستق.



الحلويات اللبينة

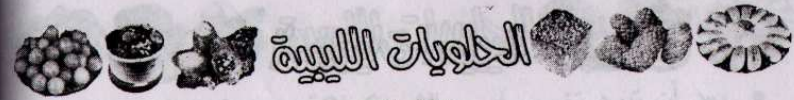
الهالبة

المقادير:

- 1/2 كوب ونصف من السكر البودرة.
- 1/2 كوب من ماء الورد.
- 6 أكواب من الدقيق.
- ملعقة من البيكنج بودر.
- قدر ضئيل من اللبن الحليب.
- 1/2 كوب من السمسم.
- 2 كوب من السمن أو الزبد.
- ملعقة كبيرة من الفانيليا.
- بيضتين.

طريقة التحضير:

- يدعك السكر في السمن أو الزبد.
- يخفق البيض مع الفانيليا وماء الورد.
- يعجن الدقيق والبيكنج بودر، ثم يشكل العجين على هيئة هلال.
- يمسح وجه العجين باللبن الحليب ثم يرش بالسمسم.
- يوضع في الفرن حتى يتم نضجه.



الحلويات اللبينة

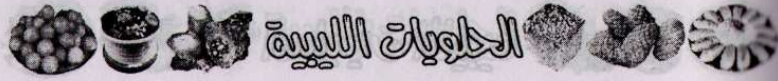
الشوكية

المقادير:

- كوب من السكر الناعم.
- 2 ملعقة من الفانيليا.
- ملعقة صغيرة من البيكنج بودر.
- صفار بيضتين.
- 2 كوب من الفستق المهروس.
- 2 كوب من الزبد.
- 3 أكواب من الكورن فيلكس.
- شيكولاته خضراء أو فستق.

طريقة التحضير:

- يخفق البيض في الزبد والفانيليا مع إضافة السكر.
- يعجن كوبين من الكورن فيلكس مع الفستق.
- يعجن الدقيق والبيكنج بودر.
- تشكل العجينة بعد ذلك حسب الذوق.
- توضع في الفرن حتى تتضج.
- تغمس القطع في الشيكولاته ثم في الفستق ثم في الكورن فيلكس المتبقي.
- تحفظ في وعاء محكم الغلق وتقدم بعد ذلك.

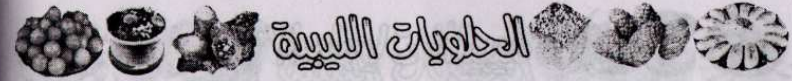


الحلاويات اللذيذة

- ½ كوب من الفستق المطحون.
- كوب من الماء.
- ½ كوب من المكسرات المقلية للزينة.

الطريقة

- ضعي الكنافة في صينية مدهونة بالسمن على نار متوسطة الحرارة حتى تسخن.
- أتركي الكنافة على نار هادئة ويضاف إليها السكر تدريجياً ويحرك.
- في وسط خليط الكنافة يضاف القطر مع ملعقة طعام من الزبدة، وأخيراً يضاف ماء الزهر ونصف كوب الماء.
- يحرك المزيج جيداً ويترك على نار هادئة حتى يصبح غليظ القوام ويصبح عجينة ملساء متماسكة.
- تقرد العجينة في طبق التقديم وتترك جانباً حتى تبرد.
- تفرش القشدة فوق العجينة وتزين أخيراً بالمكسرات المقلية وتقدم وبالصحة والهنا.



الحلاويات اللذيذة

بسبمة (جوز الهند)

المقادير

- كوبان من جوز الهند المبشور.
- ½ كوب من الماء.
- نصف كوب من السكر الناعم.
- كوب من الدقيق الفاخر.
- ملعقة طعام من الطحينة.

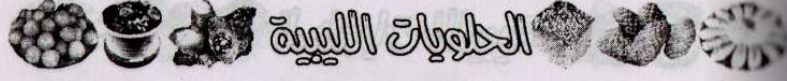
الطريقة

- يمزج جوز الهند مع السكر والدقيق والماء جيداً.
- تمشح الصينية بالطحينة وتوضع فيه عجينة جوز الهند.
- ضعي الصينية في فرن حرارته خفيفة 130 درجة مئوية واتركيها لمدة نصف ساعة حتى يحمر سطحها.
- بعد ان تنضج البسبمة تقطع إلى مربعات وتقدم في طبق التقديم وبالهناء والصحة.

مدلوقة

المقادير

- 3 أكواب من الكنافة الناعمة المقطعة بعد تهويتها.
- ½ كوب من الزبدة.
- ½ كوب شراب العسل.
- كوبان من سكر البودرة.
- كوب من ماء الزهر.
- ½ كيلو من القشدة.
- طعام من السمن البلدي.



الحلويات اللبينة

عيش السرابا

المقادير

- ½ كيلو من القشدة.
- ½ كوب من الفستق الحلبي.
- ½ كوب من اللوز المحمص والمبروش.
- رغيف من الخبز الإفرنجي على شكل دائري.
- كوبان من السكر.
- ½ كوب من العسل.
- كوب من الماء.
- 3 ملاعق كبيرة ماء الورد.

الطريقة

- تفصل قشرة الخبز الإفرنجي عن اللب.
- أرفعي السكر في أناء على نار متوسطة الحرارة ويحرك جيداً حتى يصبح لونه ذهبياً. ثم يضاف إليه الماء ويستمر بالتحريك لمدة دقيقتين على الأقل حتى يغلي.
- يقطع لب الخبز ويضاف إلى مزيج السكر. يحرك الخليط جيداً حتى يصبح عجينة متماسكة ومشبعة بالسكر.
- ضعي الخليط عن النار وأضيفي إليه ماء الورد والعسل.
- تقسم العجينة إلى قسمين متساويين.
- يوضع كل قسم من العجينة على ورق بلاستيك، وترق بباطن الكف حتى تصبح ملساء.
- تقالب العجينة بانتهاء في طبق التقديم وينزع عنها ورق البلاستيك.
- توضع فوق العجينة القشدة وتفرد بطريقة متساوية.



الحلويات اللبينة

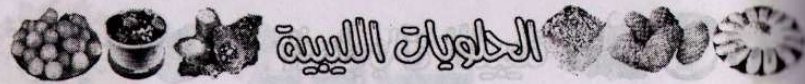
الخبیصة

المقادير

- كوب ونصف من النشاء.
- 3 أكواب من السكر.
- نصف كيلو من الجوز المقشر.
- 5 أكواب من الماء.
- ملعقتان طعام من ماء الورد.
- ملعقة صغيرة من المستكة الناعمة.

الطريقة

- يذوب النشاء بالماء ويضاف إليه السكر في أناء ويوضع على النار.
- يحرك الخليط جيداً بملعقة خشبية حتى يبدأ بالغليان.
- يغطي الإناء جيداً ويترك على نار خفيفة لمدة 30 - 35 دقيقة.
- ترفع من على النار وتترك لتبرد ثم يضاف إلى المزيج الجوز المقطع وماء الورد ويحرك من جديد المزيج على نار خفيفة حتى يصبح غليظ القوام.
- يضاف إلى المزيج المستكة الناعمة ويسكب في طبق مسطح ويترك جانباً حتى يبرد.
- يمكن تقطيع الخبيصة إلى مربعات متساوية قبل التقديم وبالصحة والهنا.



- ضعي الأرز بحليب في أطباق التقديم الصغيرة وبترك ليبرد.
- عندما يبرد جيداً، يزين بالفسنق المبروش واللوز والصنوبر ويقدم بارداً وبالهناء والصحة.

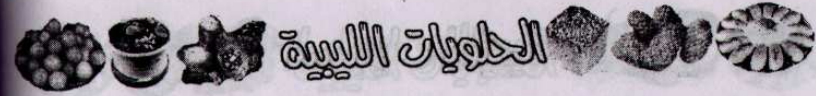
حلاوة الأرز

المقادير

- 4 أكواب سكر، 2 كوب من الأرز.
- نصف ملعقة صغيرة من حبات المستكة المطحونة.
- كيلو جبنة بيضاء تشيكية، 10 أكواب ماء..
- نصف كوب من ماء الورد والزهر معاً.
- 100 جرام فسنق حليبي للتزيين.

الطريقة

- ينظف الأرز جيداً وينقع حوالي الساعة في أناء نظيف.
- تقطع الجبنة إلى قطع صغيرة وتنقع لمدة ثلاث ساعات على الأقل مع تغيير ماء النقع كل نصف ساعة حتى ينزع الملح.
- ضعي الأرز في أناء مغمور بالماء على نار قوية حتى يغلي، ثم يخفّض النار وبترك الأرز حتى ينضج جيداً ويجف ماءه تقريباً.
- يهرس الأرز بواسطة المطحنة الكهربائية حتى يصبح ناعماً.
- يعاد الأرز المطحون إلى الإناء ويوضع على نار هادئة ويحرك باستمرار ثم يضاف إليه السكر مع استمرار التحريك حتى يغلي.
- يترك على النار الخفيفة مدة ساعة حتى يصبح لون الرز شفافاً.



- تكرر عملية رق العجينة على ورق البلاستيك وتقلب فوق القشدة وتمسح سطح الجبنة بباطن الكف.
- ضعي طبق عيش السرايا في الثلاجة مدة لا تقل عن الساعتين حتى تجمد جيداً. عند التقديم تزين بالفسنق واللوز المبروش المفروم.

الأرز بالحليب

المقادير

- ½ ملعقة صغيرة من حبات المستكة المطحونة.
- ½ كوب من الفسنق المقشر والمنقوع.
- ½ كوب من الصنوبر أو اللوز المقشور والمنقوع.
- 6 أكواب من اللبن الحليب.
- ¼ كوب من ماء الزهر.
- كوب من السكر أو حسب الرغبة.
- ½ كوب من الأرز.

الطريقة

- ينظف الأرز جيداً وينقع في الماء الفاتر مدة نصف ساعة ثم يوضع على النار حتى يغلي، وبعد حوالي 10 دقائق من الغليان يضاف إلى الأرز اللبن السائل ويقلب بملعقة خشبية باستمرار حوالي 45 دقيقة حتى يصبح المزيج لزجاً.
- ضعي السكر إلى المزيج وبترك على النار حوالي 5 دقائق مع الاستمرار بالتحريك حتى لا يلتصق الأرز في قعر الوعاء.
- أضيفي إلى المزيج المستكة المطحونة ثم ماء الزهر، ويحرك جيداً ويرفع عن النار.



القطايف

المقادير

3 أكواب طحين - 1/2 ملعقة صغيرة خميرة 3 أكواب من الحليب السائل - كوب ونصف قشطة طازجة - كوب ونصف قشدة مطبوخة - كوب ونصف جوز مجروش - كوب سكر ناعم - 3 ملاعق ماء ورد - كوب من زهر الليمون أو مربى الورد - كوب من الفستق المبشور - 2 لتر من الزيت - 3 أكواب من العسل.

الطريقة

يضرب الطحين مع الخميرة والحليب حتى يصل العجين لدرجة التماسك وتركها حتى يتضاعف حجمها .. نملأ آلة صب القطايف بالعجين ونبدأ بسكب دوائر من العجين على صينية حديدية وضعت على الموقد ويرجع طول قطر الدائرة حسب رغبة الشخص .. بعد دقيقة نقلب الدوائر على وجهها الآخر وتركها لدقيقة أخرى ثم نرفعها من على النار .. نخلط الجوز المجروش مع السكر الناعم وماء الورد ونضع على كل قطعة قطايف ملعقة صغيرة .. نضيف كذلك للحشو ملعقة صغيرة من القشدة المطبوخة .. ونطبق العجين بحيث يكون الحشو من الداخل .. نقلق القطايف في الزيت حتى يحمر وجه العجين .. نغمس القطايف في العسل وتركها ليبضع دقائق .. توزع القشدة الطازجة على ما تبقى من عجين ونطوي العجين من جهة واحدة حتى نصف الحبة بحيث تبقى القشدة ظاهرة .. نوزع زهر الليمون على القشدة والفستق الناعم ويقدم العسل على حدة.



البلورية

المقادير

750 جم من عجينة العتملية - 5 أكواب فستق بالفطر - 6 أكواب عسل - 6 أكواب زيت.

الطريقة

نوزع نصف كمية عجينة العتملية في قعر الصينية ونغطي القعر كله .. نوزع على سطح العجين الفستق بالعسل حتى يغلف سطح العجين كله .. نضع الكمية الباقية من العجين على طبقة الفستق بالعسل وتوزع توزيعاً تاماً .. يدهن العجين كله بالسمن وندخله في فرن عال الحرارة حتى ينضج العجين .. نخرج الصينية من الفرن ونصفيها من السمن ثم نغمس البلورية في العسل ثم نتركها لتبرد .. تقطع بعد ذلك لمربعات.





الصفوف

المقادير

4 ملاعق كبيرة من الطحين - 8 أكواب من طحين فرخة - 5 أكواب من الطحينية - 6 أكواب من السكر الناعم - 3 كوب من الزيت - 6 أكواب من الحليب - 2 ملعقة صغيرة بيكنج بودر - 2 ملعقة عقدة صفراء وياتسون ناعم - كوب من الصنوبر.

الطريقة

نمزج الطحين مع الفرخة والبيكنج بودر والعقدة الصفراء والياتسون .. نضيف للخليط السابق الزبدة ونفرك المزيج حتى نحصل على الفرك .. نذيب السكر في الحليب ونضيفه على الطحين ونخلط كل هذه المواد مع بعضها حتى تصبح العجينة متماسكة وطرية .. ندهن قعر وجوانب صينية مستديرة الشكل بالطحينية .. نسكب العجين في الصينية ونضعها في فرن شديد الحرارة لمدة 30 دقيقة .. نخرجها بعد أن تنضج ونتركها لتبرد ثم تقطع لمكعبات.



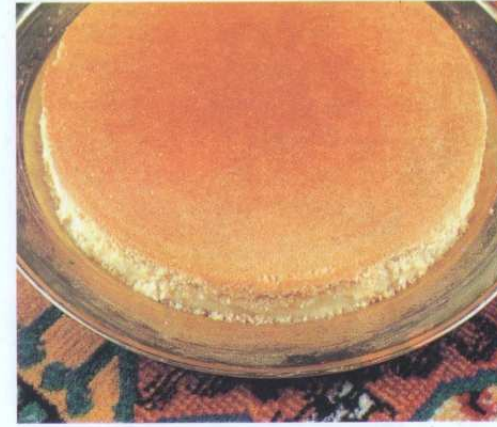
كنافة بالجبنه

المقادير

3/4 كجم من الكنافة - 2 كوب عكاوية مقطعة - كوب من طحين فرخة - كوب من العسل - 3 ملعقة من ماء الورد - 3 كوب زبد سائل.

الطريقة

تقطع الجبن إلى شرائح رفيعة وتقع في الماء البارد طوال الليل قبل التحضير لإزالة ملوحة الجبنه مع مراعاة تغيير الماء كل ساعة .. تصفى الجبنه جيدا في اليوم التالي وتوضع في الفرن حتى تسيح .. نخلط الكنافة مع الزبدة ونوزعها على قعر الصينية حتى يغطيها جيدا ونجعلها يلتصق بالقعر جيدا .. نضع الصينية على النار ونديرها باستمرار حتى يتلون العجين كله بنفس اللون .. نخرج الجبنه من الفرن ونخفقها مع خواصها حتى تصبح ناعمة .. نضيف طحين الفرخة والعسل وماء الورد مع الخفق حتى يصبح العجين متماسكاً .. نسكب خليط الجبن على العجين ونقلب العجين على صينية كبيرة .. نتركها على نار هادئة ثم نصب عليها العسل.





الشعبيات

المقادير

20 رقاقة من عجينة البقلاوة - 6 أكواب من الجوز المطحون - 2 كجم من السكر الناعم - 6 أكواب من السمن المذاب - 6 أكواب من القطر.

الطريقة

نفرد رقاقات اعجين بعضها فوق بعض بداخل صينية مدهونة بالزيت .. نقطع فيها مربعات أو مثلثات حسب الرغبة .. نصنع الحشو وهو عبارة عن خليط من الجوز والسكر مع ماء الورد .. نضيف على كل جزء من الأجزاء السابق قطعها ملعقة من الحشو .. نغمز العجين بالسمن المذاب .. نضع الصينية في فرن عالي الحرارة لمدة 35 دقيقة أو حتى يتحول وجه الصينية للون الأحمر .. بعد نضج العجين تصفي الصينية من السمن ثم نضيف عليها العسل الساخن ونتركها تبرد قليلاً .. ثم نزينها بالمرابي والجوز أو بالكريز ويمكن أن نستبدل الحشو بالجوز بالقشدة المطبوخة.



معمول المد

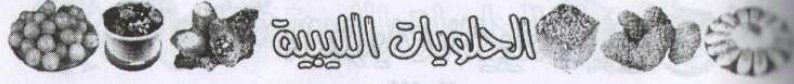
المقادير

كوب من الزبد - 12 كوب من عجينة المعمول - 6 أكواب من الجوز أو الفستق - 8 أكواب من الناطف - 2 كوب من الفستق المطحون.

الطريقة

ندهن قعر الصينية بالزبد .. نوزع فيها نصف كمية العجين توزيعاً متساوياً بنفس السمك .. نوزع باقي العجين على ورقة نايلون مستديرة قطرها يساوي قطر الصينية ونقلبها بمساعدة ورقة النايلون على الحشوة .. ندخل الصينية الفرن في درجة حرارة عالية ونترققها حتى يحمر سطحها وذلك لمدة 30 دقيقة .. نخرج الصينية بعد أن تتضج ثم نزين وجهها بالناطف والفستق المطحون.





معمول املد

المقادير

مقادير العجينة:

- ¼ ملعقة كبيرة من الملح.
- ½ كيلو سميد خشن أصفر.
- ¾ كوب من السكر البودرة.
- ¼ كوب من الحليب البودرة.
- ½ ملعقة صغيرة من الكربونات.
- كوب ماء.
- ½ كيلو من الدقيق الفاخر أو السميد الناعم.
- ½ ملعقة كبيرة من الخميرة.
- 400 جرام من السمن.

مقادير الحشوة:

- ½ كيلو من الفستق أو الجوز أو اللوز.
- كوب واحد من السكر.
- ¼ كوب من ماء الورد لحشوة الفستق.
- ¼ كوب ماء الزهر لحشوة اللوز أو الجوز.
- ¾ الكوب من القطر الجامد.

الطريقة

تحضير العجينة:

- يخلط السميد والطحين الفاخر بعد النخل مع السمن والخميرة والملح والسكر والحليب.
- يضاف الماء إلى الخليط ويمزج جيداً حتى يصبح الخليط عجينة متماسكة.



حلاوة الجبن

المقادير

- 2 كوب ونصف جبنة عكاوية مقطعة - كوب من طحين فرخة - ½ كوب قطر - 2 كوب قشطة طازجة - ½ كوب زهر الليمون - ½ كوب فستق ناعم.

الطريقة

نجهز الجبن كما جهزناه في الكنافة بالجبن وبعد ذلك نخفقها مع طحين الفرخة والصل ونضعها في طنجرة على النار ونتابع التحريك حتى نحصل على عجينة متماسكة وطرية .. نسكب العجينة على الطاولة بعد دهن سطحها بالصل ونمدها جيداً بالشوبك ثم نضعها على صدر فيصبح لدينا حلاوة الجبن جاهزة للتقديم .. تقدم مع العسل والقشطة الطازجة وتزين بزهر الليمون والفستق الناعم.





الحلويات اللذيذة

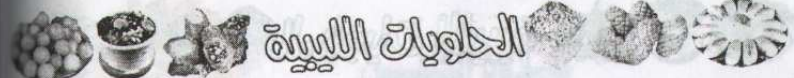
البرازق

المقادير

- 150 جرام سمسق منقى.
- 100 جرام فستق حلبي مفروم.
- ملعقة صغيرة خميرة.
- نصف كيلو دقيق فاخر.
- كوب سمونة.
- كوب سكر بودرة.
- قليل من الفانيليا.
- نصف كوب ماء.

الطريقة

- ضعي الدقيق في أناء ثم يضاف إليه السكر والسمن ويمزج جيداً حتى تصبح العجينة لدنة.
- تقسم العجين إلى قطع صغيرة وتفرد كل قطعة براحة اليد حتى تصبح كالرغيف الصغير.
- تمسح قطعة العجين بالسمسم من جهة ومن جهة الأسفل بالفستق.
- ترص قطع البرازق في صينية الفرن متباعدة حتى لا يلتصقوا.
- توضع قطع البرازق في فرن متوسط الحرارة حوالي 10 دقائق.
- تسحب الصينية من الفرن وتترك حتى يبرد.
- ترص في طبق التقديم وبالهناء والصحة، وهذه الكمية تكفي عشرة أشخاص.

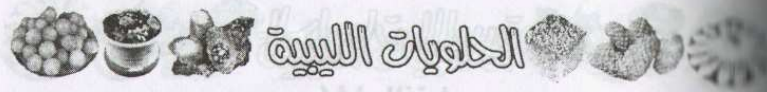


الحلويات اللذيذة

- تترك العجينة بمفردها لمدة لا تقل عن 3 ساعات.

تحضير الحشوة:

- يهرس الفستق هرساً ناعماً أو الجوز أو اللوز حسب الرغبة، ويضاف إليه السكر وماء الورد.
- تعجن العجينة من جديد وتقسّم إلى قسمين.
- يفرد القسم الأول من العجين في الصينية المعدة للفرن وتمسح جيداً براحة كف اليد.
- يرش الفستق فوق سطح العجينة في الصينية.
- يفرد باقي العجينة على ورق بلاستيك كبير ويقرب فوق الصينية.
- يقطع العجين بواسطة أداة خاصة بالتزيين.
- توضع الصينية في فرن متوسط الحرارة 160° درجة مئوية لمدة 30 دقيقة حتى يصبح المعمول ذهبياً.
- أخرجي الصينية من الفرن، وعندما تبرد يقطع المعمول بشكل مربعات أو مثلثات حسب الرغبة.
- يرص في طبق التقديم بطريقة مزينة وبالهناء والصحة.



الحلويات اللبينة

- بحمي الزيت وتقلي حباب التمرية حتى تصبح ذهبية اللون ثم ترفع.
- ترص في طبق التقديم وترش بالسكر البودرة وتقدم ساخنة وبالهناء والشفا.

الحريرة

- نصف كوب من الدقيق المنخول.
- ملعقتان طعام من الزبدة.
- كوبان من اللبن الساخن.
- ملعقتان طعام من ماء الزهر.

الطريقة

- يعجن الدقيق مع الزبدة في أناء ويحرك على نار خفيفة.
- يضاف اللبن الساخن إلى خليط الدقيق تدريجياً مع الاستمرار بالتحريك، ثم يضاف السكر إلى المزيج ويحرك من جديد حتى يغلي ويترك على النار حتى يتكثف ويصبح غليظ القوام.
- يضاف ماء الزهر إلى الحريرة.
- يوضع المزيج في أطباق صغيرة ويقدم ساخناً وبالهناء والصحة.



الحلويات اللبينة

قرية

- المقادير:
العجينة: - كوب من الماء، كوب من السكر البودرة، زيت للقلبي، 4 أكواب دقيق فاخر، كوب من الزيت النباتي، قليل من الملح.
- الحشوة: -
3 أكواب من الحليب، كوب ونصف من السميد.

الطريقة

تحضير العجينة:

- يعجن الدقيق في أناء مع القليل من الملح. ويضاف إليه الماء تدريجياً ويعجن جيداً حتى تصبح العجينة متماسكة.
- تمسح اليدين بالزيت وتقسّم العجينة إلى أقراص متساوية ومتوسطة الحجم، وتترك أقراص العجينة لمدة ساعتين حتى تخمر ويسهل مدها.

تحضير الحشوة:

- ضعي الحليب على النار ويضاف إليه السميد، ويمزج جيداً.
- يترك خليط الحليب مع السميد على النار ويحرك باستمرار حتى يصبح المزيج جامداً ومتماسكاً.
- ضعي المزيج في أناء مسطح ويترك جانباً حتى يبرد تماماً.
- يقطع المزيج بالسكين بشكل مربعات متساوية تحضيراً للحشوى.
- تمسح كل قطعة من العجينة بالزيت وتفرد باليدين، ثم ترق جيداً مع شدها من الأطراف حتى تصبح جاهزة للحشو وبشكل مربعات كبيرة. ويوضع في وسط كل مربع من العجين مربع حشوة الحليب وتطبق من الأطراف حتى تنتهي كلها.



الحلويات اللبينة

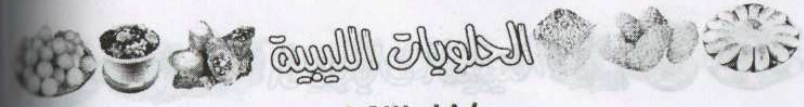
جوز الهند بالسميد

المقادير

- ملعقة طعام من حليب البودرة.
- 1/2 ملعقة صغيرة من الباكينج باوور.
- قطعة صغيرة من الخميرة.
- 3/4 كوب من اللبن الزبادي.
- لوز أو صنوبر أو المكسرات المتاحة للزينة.
- 1/2 كيلو من العسل الساخن.
- ملعقتان طعام من الطحينة لدهن صينية الفرن.
- كوبان من السميد الأبيض.
- كوبان من جوز الهند.
- سكر حسب الرغبة.

الطريقة

- تخلط جميع المقادير في أناء مع بعضها جيداً ويترك الخليط مدة 20 دقيقة حتى ترتاح جيداً.
- تدهن الصينية بالطحينة ثم يرش فوقها حبات الصنوبر أو اللوز المقشر.
- يصب المزيج في الصينية ويدخل إلى فرن ساخن 200 درجة مئوية لمدة 30 دقيقة حتى يصبح لونها ذهبياً.
- تخرج الصينية من الفرن ويصب فوقها القطر وهي ساخنة.
- عندما تبرد جيداً، تقسم إلى مربعات وتصف في طبق التقديم وبالهناء والصحة.



الحلويات اللبينة

كشك الفقراء

المقادير

- 1/2 كوب من الماء البارد.
- 1/2 ملعقة صغيرة من المستكة المطحونة.
- ملعقة طعام سكر.
- 1/4 كوب من ماء الزهر.
- فستق مقشور ومنقوع بالماء للزينة.
- 3 أكواب من اللبن الحليب المغلي.
- 1/2 كوب من اللوز المقشر والمفروم فرماً ناعماً.
- 1/4 كوب من النشاء.

الطريقة

- يضاف اللوز على الحليب المغلي ويحرك بملعقة خشبية لمدة 30 دقيقة تقريباً.
- ضعي النشاء إلى مزيج الحليب مع الاستمرار بالتحريك.
- عندما يصبح المزيج متماسكاً وجامداً يضاف إليه ماء الزهر والمستكة، يحرك 5 دقائق ويرفع عن النار.
- يصب كشك الفقراء في أطباق صغيرة للتقديم ويزين باللوز المقشور والفستق ويأكل ساخناً وبارداً وبالهناء والصحة.



الحلويات اللذيذة

- تصب المفتقة بأطباق التقديم ويمسح وجهها جيداً بالمعلقة الخشبية وتترك حتى تبرد وتقدم، يزين وجه طبق المفتقة بالصنوبر المتبقي وتقدم باردة.

المبرومة

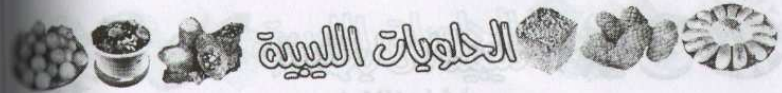
- كيلو من عجينة الجلاش.
- سمن أو زيت نباتي للقلي.
- 5 أكواب من شربات السكر الجامد.

للحشوة:

- كيلو من الفستق المقشر أو اللوز أو المكسرات المتاحة.
- ملعقة صغيرة سكر بودرة أو ناعم.

الطريقة

- افردي قطعة العجين على طولها بطريقة، واخطي المكسرات (اللوز مثلاً) مع السكر الناعم في وعاء كبير.
- وزعي الفستق فوق العجين بواسطة كفي يديك على طول العجينة.
- امسكي طرف العجين بطريقة دقيقة وابدئي بلف العجين بالورب، ثم ابرمي العجينة حتى تلف جيداً. وعند الانتهاء من عملية اللف تترك العجينة المحشية مدة الساعة حتى تتماسك وتجف جيداً.
- يقدح السمن أو الزيت في مقلاة كبيرة بحيث يغطي السمن العجينة.



الحلويات اللذيذة

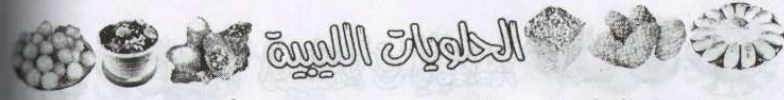
مفتقة

المقادير

- كيلو أرز مصري.
- 2 كيلو سكر.
- 200 جرام من الصنوبر.
- وكيло طحينية.
- 10 أكواب ماء.
- كوب كركم.

الطريقة

- ينقى الأرز والصنوبر ويغسل وينقع في الماء لمدة نصف ساعة على الأقل.
- يغسل الأرز من ماء النقع ويوضع في وعاء، يضاف إليه الماء والكركم، ويوضع على نار قوية. وعندما يغلي يترك نصف ساعة على نار هادئة.
- بعد أن تبرد قليلاً ما بالوعاء تفتح ويضاف السكر والطحينة إلى مزيج الأرز ويحرك المزيج جيداً.
- ضعي الوعاء من جديد على النار قوية وتترك حتى يغلي المزيج من جديد. بعدها يغلق الوعاء ويترك على نار هادئة مدة ساعتين.
- يفتح الوعاء بعد أن تبرد ويبدأ بتحريك المزيج من جديد على نار متوسطة بملعقة خشبية مدة نصف ساعة على الأقل.
- عندما يطفو زيت الطحينية على سطح المزيج يرفع الوعاء على النار ويضاف إليها الصنوبر المغسول والمصفي.



- ضعي القطع في المقلاه واتركيها ثقلي جيداً لمدة 10 دقائق تقريباً حتى تصبح ذهبية اللون.
- ترفع المبرومة عن النار وتوضع جانباً حتى تصفى من السمن.
- ضعي المبرومة في وعاء كبير وصبي عليها القطر وانقعها مدة نصف ساعة على الأقل.
- تقطع بواسطة سكين حادة إلى دوائر متساوية وترص بطبق التقديم بطريقه شيقه وتأكّل باردة.

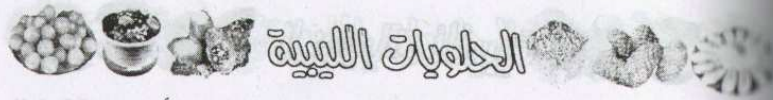
كنافة بالفسنق

المقادير

- نصف كيلو من الفستق المنقى والمهروس.
- نصف كوب من الكنافة المفروكة.
- كوب من السكر.
- 100 جرام من اللوز المحمص أو المكسرات المبروشة.
- قليل من الفانيليا.
- نصف كوب من ماء الورد.
- نصف كيلو من القشدة.

الطريقة

- يمزج السكر وعجينة الكنافة في الوعاء جيداً حتى يتماسك الخليط.
- يضاف إليها الفستق والمكسرات والفانيليا وماء الورد وتخلط جيداً باليدين حتى تصبح متماسكة.



- تقسم عجينة المفروكة إلى جزئين: يمد الجزء الأول في صينيّه الفرن ويملس جيداً. ثم توزع فوق العجينة القشدة بطريقة متساوية.
- يمد الجزء الثاني من عجينة المفروكة فوقها وتزين بالقشدة والمكسرات.
- توضع في فرن معتدل الحرارة حتى يحمر وجهها.
- تسحب من الفرن وتترك لتبرد ثم يصب عليها قليل من شربات السكر المعد سابقاً، وتقدم باردة وبالهنا والصحة، وهذه الكميّة تكفي عشرة أفراد.

قشطلية بعسل السكر

المقادير

- كوبان من الشراب السكر عند التقديم.
- مكسرات حسب الرغبة
- فستق ولوز وصنوبر مقشر ومنقوع بالماء البارد.
- 3 ملاعق شاي من ماء الزهر.
- كوب من حليب البودرة.
- 4 أكواب من الماء.
- نصف كوب من النشاء.
- ملعقة طعام من السكر.
- قليل من المستكة المطحونة.



الحلويات اللذيذة

اعداد البرتقال:

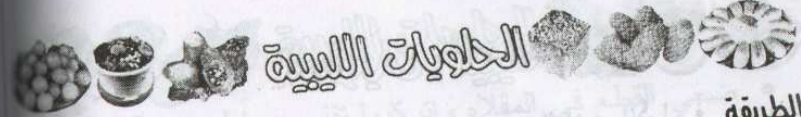
- 6 أكواب من عصير البرتقال.
- نصف كوب من النشا
- كوب من السكر.

الطريقة

- يغسل الأرز ويصفى من الماء. ويذوب الحليب البودرة بكمية الماء، يضاف إليه الأرز ويوضع في وعاء على النار ويحرك بمعلقة خشبية حتى يغلي جيداً.
- يخفف النار، ويترك المزيج نصف ساعة على نار هادئة مع التحريك من وقت لآخر حتى تتضج حبة الأرز. ثم يضاف السكر ويحرك جيداً حتى يذوب.
- يضاف النشاء ويترك المزيج حوالي نصف الساعة على نار هادئة ويحرك من وقت لآخر. ثم تضاف المستكة وماء الزهر وتترك تغلي أيضاً حوالي 5 دقائق.
- يرفع المزيج عن النار ويسكب بأطباق صغيرة ويترك ليبرد.

اعداد مزيج البرتقال:

- في وعاء يخلط عصير البرتقال والنشاء والسكر ويوضع الخليط في قدر على نار متوسطة الحرارة ويحرك جيداً حتى يغلي ويتماسك.
- يصب مزيج البرتقال فوق أطباق الحليب وتوضع الأطباق في الثلاجة، عند التقديم يزين بالفستق المبروش.



الحلويات اللذيذة

الطريقة

- يذوب الحليب بكمية الماء ويضاف إليه النشا ثم السكر ويحرك المزيج، ثم يرفع المزيج في قدر على النار ويحرك باستمرار بواسطة ملعقة خشبية حتى يغلي.
- يخفف النار، يترك المزيج يغلي على نار هادئة ويحرك مع وقت لآخر حتى يصبح المزيج لزجاً وسميكا، وتستمر عملية الطهي نصف ساعة، ثم تضاف المستكة المطحونة وماء الزهر ويحرك جيداً بضع دقائق ثم يرفع عن النار.
- يصب المزيج في أوعية صغيرة أو طبق كبير حسب الرغبة ويترك جانبا حتى يبرد قليلاً. وتوضع أطباق القشطلية في الثلاجة، وعند التقديم يصب فوقها شراب السكر الجامد وتزين بالفستق واللوز والصنوبر. وبالهناء والصحة.

أرز بلين ببرتقال

المقادير

- نصف كوب من السكر.
- ربع كوب من النشاء.
- ملعقة شاي من المستكة الناعمة.
- ربع كوب من الأرز المصري المنقوع بالماء الساخن.
- 4 أكواب من الماء.
- ملعقتان طعام من ماء الزهر.
- كوب الحليب البودرة.
- نصف كوب من الفستق المهروس ناعماً.

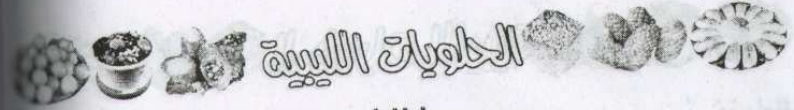


الحلويات اللذيذة

سهرية

- كوب من الفاكهة المجففة: مشمش، خوخ، تين...
- كوب من شراب الفريز المركز.
- مقدار من عجينة المعمول.
- نصف كيلو من القشدة الطازجة.
- نصف كوب من السكر.
- كوب من اللوز المحمص والمبروش.
- نصف كيلو من العسل الفاخر.

- تقطع الفاكهة المجففة الى قطع صغيرة وتضاف إلى شراب الفريز وتخلط جيداً. ثم يضاف خليط الفاكهة المجففة إلى عجينة المعمول وتعجن جيداً.
- تقطع العجينة إلى قطع صغيرة وتمد في قوالب التارت الصغيرة وتخبز في الفرن حوالي 10 دقائق حتى تحمر العجينة.
- تخرج قوالب العجين من الفرن وتترك حتى تبرد.
- تقرب قطع العجين، وتطوى إلى نصفين متساويين وتحشى بالقشدة الطازجة وتغمس باللوز المحمص.
- يسخن مقدار السكر في وعاء على نار هادئة حتى يصفر، ثم يضاف إليه العسل ويحرك جيداً حتى يمتزج السكر جيداً مع العسل.
- تُمسح قطع السهرية بشراب العسل، وتصف في طبق التقديم وتقدم باردة. وبالهناء والصحة.



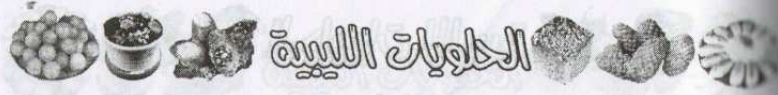
الحلويات اللذيذة

الملين

- ملعقة شاي من ماء الزهر.
- كوبان من النشاء.
- 1/2 ملعقة صغيرة من الفانيليا.
- 4 أكواب من الماء.
- 1/2 ملعقة شاي من المستكة المطحونة.
- 4 أكواب من السكر.
- 1/2 كيلو من الفستق أو الجوز أو البندق النيء.

الطريقة

- يذوب السكر في كوبين من الماء ويوضع في قدر على النار ويحرك المزيج. ويذوب النشاء في مقدار كوبين من الماء.
- يضاف مزيج النشاء والماء إلى السكر، يحرك جيداً ويترك ربع ساعة على النار ثم يضاف الكوبين الآخرين من السكر ويترك المزيج مدة ساعة ونصف حتى نار قوية.
- للتأكد من نضوج المزيج، يصب قليلاً منه على البلاط حتى يبرد سريعاً، إذا مغط المزيج يكون قد نضج.
- يضاف إلى مزيج النشاء والسكر ماء الزهر والفانيليا والمستكة المطحونة ويحرك الخليط ويرفع عن النار ليضاف إليه المكسرات كالفستق أو الجوز أو اللوز. ثم تدهن صينية بقليل من الزيت ويصب المزيج فوقها.
- يترك الملبن حتى يبرد جيداً ثم يقطع إلى أشكال مربعات أو دوائر ويقدم بارداً. وبالهناء والصحة.



الحلويات اللبينة

المرق

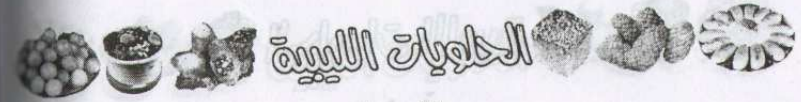
المقادير

- نصف كوب من الأرز منقى ومغسول.
- كوب من السكر.
- ملعقة طعام من ماء الزهر.
- كوب من الماء.
- قليل من برش قشر الليمون الحامض أو البرتقال.
- ملعقتان طعام من دقيق الذرة.
- 3 لتر من الحليب السائل.

المقادير

الطريقة

- يوضع الماء في وعاء على النار حتى يغلي ثم يضاف إليه دقيق الذرة والحليب والأرز، ويحرك المزيج بملعقة خشبية دون توقف حوالي نصف ساعة، ثم يضاف السكر مع الاستمرار بالتحريك.
- يصب ماء الزهر، ويرش برش الليمون أو الحامض فوق المزيج ويحرك ثم يرفع وعاء الحليب عن النار.
- يصب المزيج في طبق الفرن ويدخل إلى فرن ساخن حتى يحمر سطح الحليب.
- يخرج من الفرن ويترك جانباً حتى يبرد ثم يوضع في الثلاجة ويقدم بارداً. وبالهناء والصحة.



الحلويات اللبينة

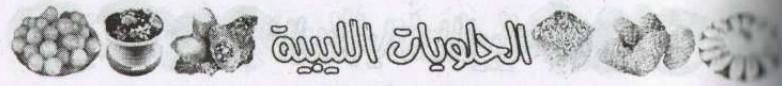
النوجا

المقادير

- كيلو من شراب السكر
- ربع كوب من الماء.
- 3 بياض بيض.
- قليل من الفانيليا.
- نصف كوب من السكر لخفق بياض البيض.
- نصف كيلو من الفستق أو اللوز.
- 4 أكواب من السكر.
- كوبان من اللوز المحمص والبنشق.

الطريقة

- تخطط كمية السكر مع الماء وشراب السكر ويوضع على نار قوية ويحرك المزيج باستمرار حتى يغلي وتظهر الرغوة على سطحه. ثم يرفع من علي النار.
- يخفق بياض البيض مع السكر نصف الكوب في الخلاط الكهربائي حتى ينتفخ ويصبح سميكاً. ويصب مزيج بياض البيض فوق الشراب السكر المغلي ويخفق باليد جيداً حتى يتجانس.
- تضاف المكسرات إلى المزيج ويخطط الجميع في وعاء أكبر ثم يضاف الفانيليا مع الاستمرار بالخلط جيداً.
- عند الانتهاء، تدهن صينية بالزيت ويمد مزيج النوجا فيها ويترك جانباً حتى يبرد قليلاً أو يصبح فاتراً.
- تقطع النوجا إلى مربعات جميلة ومتساوية الشكل وتصف في طبق التقديم وتقدم باردة. وبالهناء والصحة.



الحلويات اللبينة

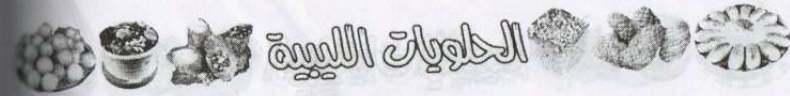
السنبوسة

بمقادير

- 1 شريحة من رقائق العجين
- كوب من السكر.
- زيت للقلي.
- كوب من اللوز المفروم ناعماً.
- 3 ملاعق صغيرة من الهال المطحون.
- 3 ملاعق من ماء الورد المنقوع فيه بعض خيوط الزعفران.
- قليل من الدقيق أو النشاء المذوب في نصف كوب ماء.

الطريقة

- يخلط اللوز المفروم ناعماً مع السكر وماء الورد والهال ويحرك جيداً.
- تمسح رقائق العجين بالزيت وترتب كل ثلاث طبقات فوق بعضها ثم تقطع إلى مستطيلات .
- توضع قليل من الحشوة أي مقدار ملعقة صغيرة فوق قطع العجين المقطعة، وتلف كل قطعة على شكل مثلث ثم تمسح أطرافها بمزيج النشاء حتى تقفل جيداً.
- يقدح الزيت على نار قوية وتقلي فيه حبات السنبوسة حتى تحمر.
- ترفع السنبوسة من المقلاة وتوضع في مصفاة حتى تتخلص من الزيوت الزائدة.
- ترص السنبوسة في طبق التقديم وتقدم باردة أو ساخنة حسب الرغبة . وبالهناء والصحة.



الحلويات اللبينة

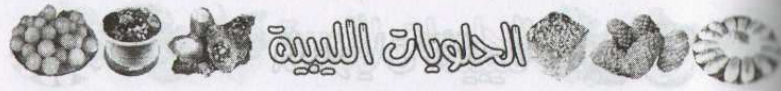
شعيرية بالحليب

المقادير

- 2 ملعقة كبيرة من الزبيب الخالي من البذور.
- 2 ملعقة كبيرة من شرائح اللوز المقشور.
- 2 ملعقة كبيرة من الفستق المفروم ناعماً.
- 100 جرام من السكر.
- 50 جرام من الزبدة.
- 8 أكواب من الحليب الساخن.
- 100 جرام من الشعيرية المقطعة إلى قطع صغيرة.
- ربع ملعقة شاي من الهال الطازج المطحون.

الطريقة

- تقدح الزبدة في وعاء على نار خفيفة ثم تضاف إليها الشعيرية المقطعة وتحمر حتى تصبح ذهبية اللون. ثم يضاف الحليب إلى المزيج ويترك على نار قوية حتى يغلي. فتخفف النار ويضاف الهال المطحون والزبيب واللوز ويترك المزيج على النار مدة ربع ساعة مع التحريك. أخيراً يضاف السكر إلى المزيج ويترك 5 دقائق على النار ويحرك جيداً.
- تترك حلو الشعيرية في الوعاء حتى تفتت مع تحريكها لوقت لآخر بالملعقة الخشبية.
- تصب الشعيرية في أطباق عميقة وترزين بالفستق المفروم وتوضع في الثلاجة حتى تبرد جيداً ثم تقدم.



الحلويات اللذيذة

قطايف الجبنة

المقادير

- كيلو قطايف جاهز من الحجم الوسط.
- كوب من الزبدة أو الزيت النباتي.
- كيلو من الجبن التشيكي أو الجبن الخاص للحلوى.

مكونات شربات السكر.

- 2 كوب من السكر.
- كوب من الماء.
- ملعقة كبيرة ماء ورد.
- 2 ملعقة كبيرة ماء زهر.

الطريقة

- تقطع الجبن التشيكي إلى قطع رقيقة وتنقع في الماء البارد حوالي 3 إلى 5 ساعات مع تغيير الماء عدة مرات حتى تخلص جيداً من الملح وتصبح جاهزة للقطايف، ثم تصفى قطع الجبن وتوضع في مصفاة حوالي الساعة حتى تتشرف جيداً من الماء، ثم تفرك باليد أو بالشوكة.
- تحشى أقراص القطايف بالجبنة وتطوى أطرافها مع الضغط عليها.
- يحضر شربات السكر بإضافة المقادير السابقة الذكر وترفع على النار مع الاستمرار في التقليب حتى تصبح غليظة القوام، ترفع من على النار وتترك لتبرد.
- يحمى الزيت أو الزبدة جيداً في المقلاة وتقلي قطع القطايف على نار قوية حتى تصبح ذهبية اللون.



الحلويات اللذيذة

القطايف بالقشدة

المقادير

- كيلو من القطايف الصغيرة الحجم سابقة التجهيز.
- نصف كيلو من القشدة.
- 4 أكواب من شربات السكر.
- كوب من مربى زهر الليمون.
- نصف كوب فستق مفروم.

الطريقة

- يوضع في وسط كل قطعة قطايف ملعقة من القشدة.
- تغلق قطعة القطايف ويضغط على أطرافها جيداً حتى تلتصق ويترك الطرف الأعلى مفتوحاً.
- مكان الفتحة تزين قطعة القطايف بالفستق ومربى زهر الليمون وترص في طبق التقديم.
- تقدم القطايف بالقشدة باردة ويصب عليها شربات السكر.



الحلويات اللبنة

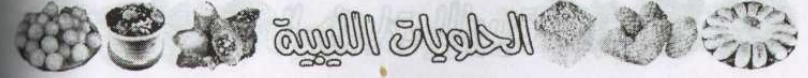
السميد بالجبنة

- كوب من السميد.
- نصف كوب من السمن البلدي .
- كوب ونصف من السكر.
- كوبان من الماء تقريباً.
- ملعقة ماء زهر، وملعقتان ماء ورد.
- نصف كيلو من قطع الجبن البيضاء الخاصة بالحلوى أو جبنة الموزريلا.
- كوب من اللوز المقشر والمنقوع بالماء.
- كوب من الصنوبر.

المقادير

الطريقة

- تقطع الجبنة البيضاء وتتقع في الماء لتحليتها جيداً من الملح، ثم توضع في مصفاة حتى تتشف من الماء.
- يذاب السكر بالماء ويغلى على نار قوية ثم يضاف إليه ماء الورد والزهر معاً. وأخيراً يرفع السكر عن النار.
- يحمر السميد بالسمنة حتى يصبح لونه غامقاً نوعاً ما.
- يضاف شربات السكر فوق السميد المحمر تدريجياً ويحرك على نار هادئة حتى تنتهي كمية الشربات ويخلط جيداً مع السميد، مع الانتباه إلى السميد بحيث يكون قد فتح.
- يصب مزيج السميد الساخن فوق الجبن المحلاة أو جبنة الموزريلا حسب الرغبة، يحرك الخليط جيداً ويوضع في طبق التقديم.



الحلويات اللبنة

- تترك القطايف حتى تبرد ثم يضاف إليها شربات السكر حتى تشرب منه جيداً بعدها ترص في طبق التقديم وتقدم بارده.

دواليب الهوا

- نصف كيلو من عجينة العتملية الجاهزة.
- نصف كوب من السمن البلدي أو الزبدة.
- نصف كيلو من القشدة الطازجة.
- كوب من العسل أو شربات السكر.
- قليل من حبات الفاكهة المجففة كالخوخ مثلاً.
- ربع كوب من الفستق المفروم فرماً ناعماً.

المقادير

الطريقة

- توضع عجينة العتملية في قوالب التارت الصغيرة (قطرها حوالي 10سم) .
- ترص قوالب العتملية في صينية الفرن وتغمر بالسمن أو الزبدة وتدخل إلى فرن متوسط الحرارة حتى يصبح لونها ذهبياً.
- تصفى دواليب الهوا من السمن أو الزبدة وتترك جانباً حتى تبرد.
- تمد القشدة على كل دولايب من دواليب الهوا. ويغطي الدولايب من جديد بقطعة أخرى من الدواليب.
- ترص دواليب الهوا في طبق التقديم وتزين بقليل من القشدة والفاكهة المجففة الخوخ مثلاً. يصب فوقها شربات السكر أو العسل وتزين بالفستق المفروم.



الحلويات اللبينة

موزة جوز الهند

المقادير

- كوبان من السميد الخشن.
- كوب من السكر.
- نصف كوب من جوز الهند المفروم.
- قليل من الملح.
- قليل من الطحينة لدهن صينية الفرن.
- نصف كوب زبدة.
- نصف ملعقة صغيرة باكينج باوذر.
- ربع ملعقة صغيرة كربونات الصودا.
- ملعقتان كبيرتان من ماء الزهر.
- ربع كوب من اللوز المقشر أو الصنوبر للتزيين.

الطريقة

- يمزج السميد جيداً مع جوز الهند والملح والكربونات والباكينج باوذر.
- تقطع الزبدة إلى قطع صغيرة وتضاف للسميد، وتفرك جيداً بالمزيج حتى تذوب الزبدة نهائياً.
- يضاف ماء الزهر والسكر إلى المزيج ويخلط جيداً، مع إضافة اللبن مع استمرار الخلط ويترك المزيج بمفرده لمدة نصف ساعة حتى يتشرب المزيج اللبن.
- تدهن صينية الفرن بالطحينة بواسطة فرشاة خاصة ويصب فيها المزيج. يملس جيداً بواسطة راحة كف اليد ويقطع إلى مربعات.



الحلويات اللبينة

- يزين باللوز والصنوبر المقلي ويقدم الطبق ساخناً وبالهناء والصحة.

الجلسات بالقشدة أو الجبنة

المقادير

- لفافة من الجلاش الجاهز.
- كوب من الحليب السائل.
- زيت نباتي للقلي.
- شربات سكر.
- كيلو من القشدة أو كيلو من الجبن الخاص للحلويات مقطع ومحلى.

الطريقة

- يوضع الحليب في قدر على النار حتى يغلي.
- تطوى كل رقاقة واحدة من الكلاج إلى اثنين.
- تغمس الرقاقة في الحليب الساخن حتى تطرى.
- توضع ملعقة طعام أو أكثر من الحشوة في وسط الرقاقة.
- تطوى الرقاقة فوق الحشوة على شكل مستطيل وتنتهى من جوانبها.
- تكرر العملية حتى تنتهي كمية الجلاش الموجود.
- ترص قطع الجلاش في صينية.
- يحمى الزيت على نار قوية وتقلي أفراس الجلاش.
- عندما تصبح قطع الجلاش ذهبية اللون ترفع من الزيت وتغمس في شربات السكر حتى تنتشرب جيداً. وترص قطع الجلاش في طبق التقديم وتقدم ساخنة وبالهناء والصحة.



الحلويات اللذيذة

- يرفع الخليط على نار خفيفة مدة 60 دقيقة، ثم ترفع من علي النار وتترك لتبرد مع رفع غطاء الإناء.
- ضعي المزيج على النار من جديد وتحرك مدة ربع ساعة.
- يرفع الإناء عن النار ويصب المزيج في أطباق صغيرة وتترك جانبا حتى تبرد.

طريقة الزين:

برش على وجه الأطباق طبقة رقيقة من جوز الهند ثم يوضع فوقها الجوز المفروم واللوز والصنوبر والفسق ويقدم الأرز بارداً.

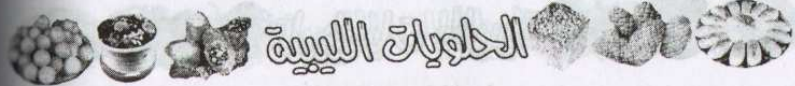
أم علي

المقادير

- 1/2 كوب من الزبيب.
- 1/2 كوب من الجوز المقشر.
- 1/2 كوب من الصنوبر المنقوع.
- 1/2 كوب لوز المقشر.
- 1/2 كوب من الفستق الحلبي المقشر.
- 6 قطع من الرقاق المصري.
- 3 أكواب من الحليب.
- 120 جرام من الزبدة.
- كوب من السكر.

الطريقة

- تقطع الرقائق وتوضع في طبق البايركس Pyrex.
- تضاف الزبدة بعد تسخينها إلى الرقائق المقطعة وتخلط جيداً.
- تضاف جميع المكسرات والزبيب إلى المزيج.



الحلويات اللذيذة

- تزين كل قطعة بحبات اللوز أو الصنوبر حسب الرغبة وتدخل الصينية إلى فرن معتدل الحرارة مدة نصف ساعة تقريباً.
- حتى تصبح النمورة ذهبية اللون، تخرج الصينية من الفرن ويصب عليها كوب الشربات وتترك حتى تبرد جيداً، وترص قطع النمورة في الطبق وتقدم باردة وبالهناء والصحة.

أرز بالقرفة والكراوية

المقادير

- كوبان من الأرز الناعم.
- 12 كوب من الماء.
- 4 أكواب من السكر.
- ملعقتان كبيرتان من الكراوية الناعمة.
- ملعقة كبيرة ونصف من القرفة الناعمة.

مكونات الزين:

- كوب من جوز الهند المبشور الناعم.
- كوب من الجوز المنقوع بالماء والمفروم.
- 1/2 كوب من الصنوبر المنقوع بالماء.
- 1/2 كوب من الفستق الحلبي المقشر والمنقوع بالماء.
- 1/2 كوب من اللوز المقشر والمقسم إلى قطعتين والمنقوع بالماء.

الطريقة

- يخلط الأرز والسكر والكراوية والقرفة في الماء جيداً، ويوضع المزيج في إناء ويحرك جيداً على النار بواسطة ملعقة خشبية حتى يغلي المزيج.

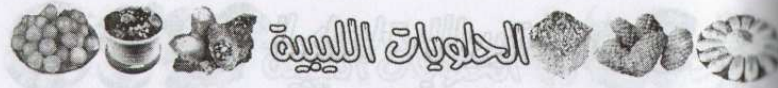


الحلويات اللذيذة

- يغلي الحليب ويضاف إلى الخليط ويترك حتى تمتص الرقائق الحليب جيداً.
- توضع في فرن منخفض الحرارة حتى يحمر وجهه.
- يمكن تزيين الطبق بقليل من الفستق واللوز قبل وضعها في الفرن.
- تقدم ام علي ساخنة أو باردة حسب الرغبة وبالهناء والصحة .

المقادير

تاج املك



الحلويات اللذيذة

- 5 أكواب من شربات السكر.
- ½ كيلو فستق.
- كيلو من عجينة البرمة أو كنافة المبرومة.
- كيلو من السمن البلدي.

الطريقة

- تقطع عجينة البرمة إلى قطع طولية ويعرض 5 - 6 سنتم.
- تلف العجينة المقطعة حول قطعة خشبية أسطوانية لتأخذ شكل التاج أو عش العصفور.
- تسحب الخشبة من العجينة، وتصف العجينة في صينية وهكذا حتى تنتهي من كمية العجين.
- تترك قطع العجين في الصينية لليوم الثاني حتى تتشف جيداً.
- تقلى القطع في السمن حتى تصبح ذهبية اللون ثم توضع في مقدار كوبين من شربات السكر.
- تصفى قطع العجين من الشربات جيداً وتصف من جديد في صينية.

تحضير الحشوة بالفستق:

يغلى ما تبقى من كمية الشربات حتى يصبح جامداً وجليظاً بعض الشيء. يصب فوق وعاء الفستق، يخلط جيداً ثم تحشى كل قطعة عجين بمزيج الفستق، تصف وتقدم في طبق التقديم .



- تلف العجينة ثم تنفش وتقطع وتوضع في الفرن حتى يحمر وجهها فتكون بذلك قد نضجت.

طريقة ثانية لعمل الكعك

- المقادير:**
- كوب ونصف من السكر.
 - 3 أكواب من الزيت.
 - كوب ونصف من الماء.
 - ملعقتين من الأمونيا.
 - ذرة ملح.
 - 1 كجم من الدقيق.
 - ملعقتين من البيكنج بودر.
 - ½ كوب من السمسم.

طريقة النضج:

- يوضع السكر في الماء على نار هادئة حتى يذوب ولا نثرك الماء ليغلي.
- يضاف الزيت للسائل السابق ثم يعجن الدقيق والبيكنج بودر والكمون والسمسم ثم نصب السائل السابق على العجينة.
- تشكل الكعك باليد أو بالماكينة الخاصة بذلك.
- يرش السمسم على الكعك ثم يوضع في الفرن حتى ينضج.



أكلات الكعك كعك الشاي

المقادير:

- ½ كوب من الأمونيا.
- ملعقتين كبيرتين من البيكنج بودر.
- ½ كوب من اللبن أو عصير البرتقال.
- كوبين من الكمون.
- كوبين من الجلجلان.
- ذرة ملح.
- 2 كجم من الدقيق.
- ½ كجم سمسم.
- كجم من السكر.
- كوب كبير من الماء.
- ¼ كجم من السممن.
- علبه من الزيت النباتي الصغيرة.

طريقة النضج:

- يوضع الماء والسكر على النار مع التقليب المستمر حتى يذوب السكر مع ملاحظة عدم وصول الماء لدرجة الغليان.
- يضاف اللبن والماء والملح على السممن ويخلط هذا الخليط جيداً ثم يضاف الكمون والسمسم.
- يضاف البيكنج بودر والأمونيا والدقيق ويعجن الخليط حتى يصير ناعماً ومتجانساً يمكن فرده.



الكعك المظفور المطالح

المقادير: - يوضع السكر على النار مع الماء ويقال جيداً:

- كوب كبير من الزيت.
- كوب من ماء الورد.
- كوبين من الزبد أو السمن.
- 2½ كجم من الدقيق.
- ملعقتين كبيرتين من البيكنج بودر.
- كوب كبير من الماء.
- ملعقة صغيرة من الملح.

المقادير: كوبين من الجلجلان أو الحليب.

- يدعك الزيت والزبد جيداً ثم يضاف الملح وماء الورد ويخلطان.
- يعجن الدقيق والبيكنج بودر.
- تشكل العجينة على شكل مظفور.
- يدهن وجه الكعك باللبن الحليب.
- يرش على الوجه الكمون والجلجلان.
- يوضع في الفرن حتى ينضج ويصبح لونه أصفر الذهبي.

المقادير:

- 2 كوب ماء
- 1 كوب زيت
- 1 كوب سمن
- 1 كوب زبد



طريقة نالته لعمد الكعك

المقادير:

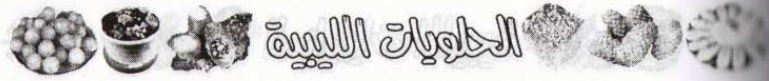
- 5 أكواب من الدقيق.
- كوب كبير من الماء.
- 4 ملاعق كبيرة من البيكنج بودر.
- كجم من السكر.
- 4 ملاعق من الفانيليا.
- ½ كوب من الكمون.
- ملعقتين كبيرتين من الجلجلان.
- 3 أكواب من الزيت.
- 2 ملعقة كبيرة من الأمونيا.
- ¼ كجم من السمسم.

طريقة التحضير:

- يذاب السكر في الماء على نار هادئة دون أن تترك الماء يغلي ويتم خلط الزيت معه.
- يضاف بعد ذلك الكمون والجلجلان والفانيليا والأمونيا.
- يعجن الدقيق والبيكنج بودر.
- تشكل العجينة بواسطة الماكينة الخاصة بذلك.
- توضع في الفرن حتى يحمر وجهها وتنضج.

المقادير:

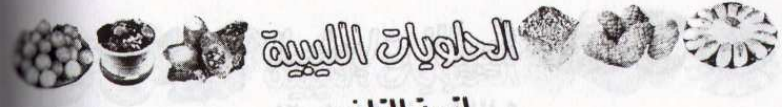
- 2 كوب ماء
- 1 كوب زيت
- 1 كوب سمن
- 1 كوب زبد



الحلويات اللبينة

طريقة التحضير:

- يوضع السكر على النار مع الماء ويقلب جيداً حتى يذوب.
- يضاف بعد ذلك عصير الليمون وقشرة الليمونة حتى لا يتكسر العسل، ثم تضاف القرفة ويترك الخليط على النار لمدة 10 دقائق، ثم يترك يبرد ويأكل بارداً.



الحلويات اللبينة

لقمة القاضي

المقادير:

- كوبين من الدقيق.
- ½ كوب من الماء الدافئ.
- ½ ملعقة من الخميرة بييرة.
- ½ ملعقة سكر وذرّة ملح.
- ¼ كجم من البطاطا المسلوقة المهروسة.
- ¼ كجم من العسل.

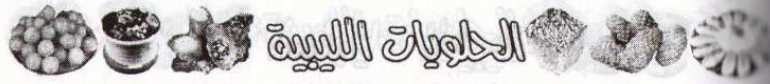
طريقة التحضير:

- يعجن الدقيق والملح بالماء والسكر والخميرة.
- يتم وضع البطاطا المهروسة على العجين ونستمر في الخلط والتقليب حتى تصير العجينة سائلة.
- تترك العجينة حتى تتخمر.
- يتم تشكيل العجين على هيئة كرات ثم تقلى في الزيت المغلي حتي تحمر من جميع الجهات.
- تنتشل من الزيت وتترك في مصفاه لتصفي من الزيت ثم تغمس الكرات في شراب العسل ثم تصفى بعد ذلك وتوضع في الثلاجة حتى موعد التقديم.

طريقة تحضير العسل:

المقادير:

- ½ ليمونة.
- كوبين من الماء.
- 4 أكواب من السكر.
- ملعقة من القرفة.



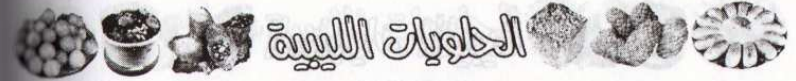
أيس كريم مشكل

المقادير:

- كوب من الكريم شانتي المخفوق.
- ملعقتين من السكر.
- كوب من اللبن الحليب.
- 1/2 ملعقة من الفانيليا.
- 1/2 ملعقة من الكاكاو.
- كوب من الفراولة المطحونة في الخلاط بدون ماء.

المقادير:

- طريقة التحضير:
- يذاب السكر في 1/2 كوب من اللبن الحليب.
 - يوضع باقي الحليب على 1/4 كمية الكريم شانتي.
 - يخفق المزيج السابق بهدوء ثم يضاف عليه الفراولة.
 - يوضع في إناء به فتحة مثل قالب الكيك ثم يوضع في الثلاجة.
 - نضيف المتبقي من الحليب إلى باقي الكريم شانتي مع الكاكاو.
 - نقوم بخلطهم بهدوء.
 - يوضع في الثلاجة لمدة 6 ساعات.



المثلجات المختلفة

الأيس كريم

- المقادير:
- 3 أكواب من اللبن الحليب.
 - 1/2 كجم من السكر.
 - 6 أكواب من الماء.
 - 6 أكواب من النشا.
 - كوب من الكاكاو.
 - 1/2 كوب من نكهة الفانيليا.

طريقة التحضير:

- توضع ثلاث أكواب من الماء وتوضع على النار.
- نضيف النشا للماء مع التقليب المستمر حتى يصبح الخليط غليظ القوام ثم يترك حتى يبرد.
- يخلط باقي الماء مع اللبن الحليب والسكر ونكهة الفانيليا ويخفقوا جميعا في الخلاط.
- يضاف الخليط السابق للنشا غليظة القوام ويترك لفترة قصيرة دقيقة واحدة تقريبا.
- يقسيم الخليط قسمين.
- يضاف الكاكاو واللون للخليط.
- يوضع في فريزر الثلاجة على أقصى درجة تبريد ويرش عليه المكسرات.



الحلويات اللبينة

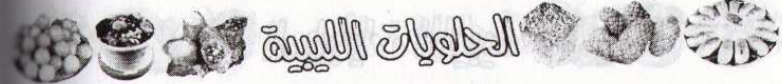
أيس كريم بالفانيليا

المقادير:

- 4 وريقات من الجيلاتين المنقوعة في الماء البارد.
- كوبين من السكر.
- 3 أكواب من اللبن الحليب.
- كوبين من كريمة لبناني مخفوقة أو كريمة مجففة.
- ملعقتين من الفانيليا. ذرة ملح.
- صفار 4 بيضات.
- كوب من المكسرات المحمصّة والمفرومة.

طريقة التحضير:

- يذاب السكر والملح في الماء الساخن.
- يضاف صفار البيض للخليط السابق.
- يرفع الخليط السابق على نار هادئة مع التقليب المستمر حتى يصبح لزج القوام وغلظ دون أن يصل لمرحلة الغليان.
- يذاب الجيلاتين في الماء الساخن على نار هادئة.
- يتم إضافته ساخنة للخليط الساخن مع إضافة الفانيليا.
- يترك الخليط حتى يبرد مع عدم ترك الجيلاتين يتجمد.
- تقلب الكريمة مع الخليط السابق تقليباً جيداً.
- يوضع الأيس كريم في قوالب صغيرة أو أطباق صغيرة تصلح لأن توضع في الفريزر ويترك ليتجمد. ويقدم في كاسات صغيرة ويجمل بالفواكه.



الحلويات اللبينة

أيس كريم بالفراولة

المقادير:

- 1/2 كوب لبن.
- 2 كوب من الحليب المجمد.
- 4 بيضات.
- 1/2 كوب من السكر.
- ملعقة كبيرة من عصير الليمون.
- 1/2 كجم من الفراولة يتم نقعها في السكر.
- ملعقة كبيرة من الفانيليا.
- 1/2 كجم من القشدة.

طريقة التحضير:

- يفصل بياض البيض عن الصفار ويخفق البياض مع السكر جيداً بواسطة مضرب البيض.
- تخلط القشدة مع اللبن الحليب والحليب المجمد و صفار البيض والفانيليا وعصير الليمون في الخلاط إلى أن يتجانس الخليط.
- يضاف الخليط الأول للخليط الثاني مع التقليب في اتجاه واحد.
- يوضع في الفريزر حتى يتجمد.
- يقدم في أطباق صغيرة ويزين بالفراولة.



الحلويات اللبينة

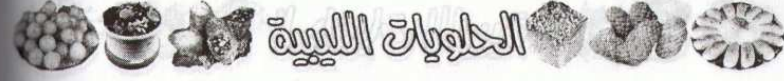
الكيك البسيط

المقادير: 1/2 كجم من الدقيق. ملعقة كبيرة فانيليا.

- 2 كوب مليء بالسكر.
- 1 كوب من الزبد أو الزيت.
- 7 أو 8 بيضات.
- 2 ملعقة كبيرة من البيكنج بودر.
- 2 ملعقة كبيرة من عصير الليمون أو الفانيليا.

طريقة التحضير:

- يخفق البيض مع الفانيليا والسكر باستعمال مضرب البيض ضرباً جيداً.
- يضاف الزبد أو الزيت على الخليط المضروب ثم يعاد الضرب مرة أخرى لمدة وجيزة.
- نضيف الدقيق والبيكنج بودر ويتم خلط الجميع خلطاً جيداً بالملعقة الخشبية.
- يصب كل الخليط السابق في طاجن معد مسبقاً لذلك.
- يوضع الخليط داخل الفرن ليخبز لمدة 21 ساعة تقريباً ويراعى عدم فتح الفرن قبل 10 دقائق من بداية وضع الطاجن داخله.
- بعد أن ينضج الخليط ندعه ليبرد ثم يتم تقطيعه ويقدم حسب الطلب.



الحلويات اللبينة

أكلات الكيك

خطوات يجب مراعاتها قبل عمل الكيك:

- يشعل الفرن أولاً قبل البدء في عمل الكيك حتى يحمى.
- يطلى الطاجن الذي سيستخدم بالزيت أو بالزبد أو بالدقيق.
- يخفق البيض بإضافة القليل من الليمون أو الفانيليا.
- يوضع البيكنج بودر مع الدقيق ويضربا معاً بملعقة خشبية.

ملحوظات هامة:

- يجب أن يكون البيكنج بودر من النوع الجيد.
- الأواني المستخدمة دائماً ما تكون جافة ونظيفة.
- يمكن استخدام كوب الزبادي الصغير الفارغ في معايرة المقادير.
- يراعى عدم فتح الفرن أثناء خبز الكيك وذلك قبل مرور 10 دقائق على الأقل.



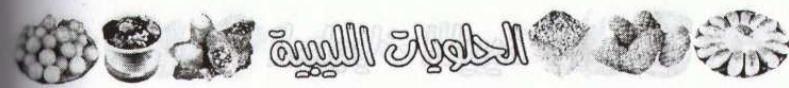
الحلويات اللبينة

- 1/2 كوب كاكاو.
- ملعقة كبيرة فانيليا.
- 8 بيضات.

طريقة التحضير:

- يوضع كلا من اللبن الحليب والكاكاو والسكر والزيت في إناء ويوضع على النار حتى يغلي، ويترك الخليط بعد ذلك ليبرد تماما ويفضل وضعه في الثلاجة حوالي ساعة.
- يخرج الخليط من الثلاجة ثم يزين الكيك بالشيكولاتة.
- يخفق البيض والفانيليا معا بمضرب البيض.
- ويضاف البيض المخفوق على الخليط السابق.
- يضاف الدقيق والبيكنج بودر على الخليط.
- يوضع بالفرن ويترك لمدة 1/2 ساعة ثم يترك ليبرد بعد ذلك.
- يزين وجه الكيك باستعمال الشيكولاتة أو الجزء المتبقي من الخليط.

- تخرج الكيك بعد التأكد من نضوجه.
- يترك الكيك بعد ذلك في الثلاجة حتى يبرد.
- تلتصق 8.
- ولعالم دونه بيته.
- تلتصق 2.
- بيضاء نيلان ووليكه بيته.
- بيته وحبيلان نه بيته بيته بيته.
- بيته بيته بيته بيته بيته.
- بيته بيته بيته بيته بيته.



الحلويات اللبينة

كيك الشيكولاتة

كيفية إذابة الشيكولاتة:

أ- المقادير:

- 1/2 كجم أو كجم كامل من الشيكولاتة حسب الطلب.
- نحضر طاسة شاهي ذات حسب مقدار الشيكولاتة.
- ملعقة كبيرة من شمعة الحلويات - شمعة بروتين -.

ب - طريقة الإذابة:

- يوضع إناء به ماء على النار ليغلي.
- تقطع الشيكولاتة الخام إلى قطع إلى مربعات.
- يضاف الزيت وشمعة البروتين وذلك كله على نار هادئة.
- يتم التقليب باستمرار بواسطة ملعقة خشبية حتى يتم ذوبان الشيكولاتة تماما.
- يتم وضع أي نوع من الحلويات ملبسا بها.
- توضع الشيكولاتة الذائبة في الثلاجة لمدة 7 دقائق.
- تخرج من الثلاجة بعد ذلك ولكن يجب أن يراعى درجة حرارة الجو فإذا كان في الصيف يفضل استمرار وضعها بالثلاجة.

مقادير كيك الشيكولاتة:

- 1 كجم من الدقيق.
- 1/2 كجم لبن حليب.
- 1/2 كجم من السكر.
- 1/4 كوب بيكنج بودر.
- 1/4 كجم كوب مليء بالزيت.

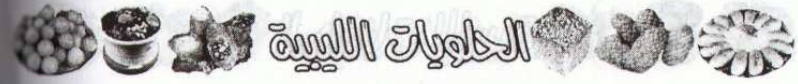


كوك الكراميل

ملعقة كبيرة من عصير الليمون.

طريقة التحضير:

- يخفق البيض مع عصير الليمون بواسطة مضرب البيض خفقا جيدا.
- يوضع السكر واللبن الحليب المذاب في الماء ويتم خلطها مع الزيت والكاكاو ويخلط هذا المزيج خلطاً جيداً حتى يتم الحصول على خليط متجانس.
- يوضع البيض والبيكنج بودر على الخليط.
- يخلط المزيج السابق جيداً.
- يصب الخليط في الطاجن الذي قمنا بتحضير الكراميل فيه مع مراعاة أن يكون الصب في منتصف الطاجن.
- يوضع بالفرن طاجن آخر به ماء يكون أكبر من الطاجن الموضوع به الكيك.
- يوضع طاجن الكيك في وسط طاجن الماء.
- يترك الطاجنين في الفرن لمدة لا تقل عن 1/2 ساعة.
- تخرج الكيك بعد التأكد من نضوجه.
- يترك الكيك بعد ذلك في الثلاجة حتى يبرد.



كوك الكراميل

كيفية صنع الكراميل:

أ- المقادير:

- 4 كوب من السكر.
 - 4 كوب لبن.
 - 3 كوب من الماء.
 - 5 أو 6 بيضات.
 - فنجان صغير مليء بالفانيليا.
- ب - طريقة تحضير الكراميل:

- 1- يوضع كوبين من السكر في طاجن على النار ويترك حتى يصير لون السكر مائل للون البني ثم يترك بعد ذلك ليبرد.
 - 2- يوضع البيض مع كوبين السكر الباقيين وكوبين الحليب والماء والفانيليا ويتم ضربهما بواسطة مضرب البيض ضرباً جيداً ويفضل وضع الخليط بالكامل في الخلاط ويخلط لمدة 5 دقائق.
 - 3- يتم وضع الخليط السابق على السكر البني.
- مقادير كوك الكراميل:

- 4 أكواب من الدقيق.
- 8 بيضات.
- كوب مليء بالماء.
- كوب مليء بالزيت.
- كوب مليء باللبن الحليب.
- ملعقتين كبيرتين من البيكنج بودر.
- كوب كبير مليء بالكاكاو.
- 2 كوب مليء بالسكر.



كيك الزبيب والمكسرات

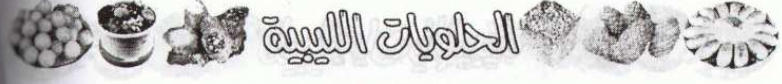
المقادير:

- 1/2 كجم من الدقيق.
- 3 أو 4 بيضات.
- 5 ملاعق كبيرة من الزيت.
- ملعقتين من الزبيب.
- 1 كوب كبير من السكر.
- 1 كوب مليء باللوز المقروش.
- ملعقة كبيرة من البيكنج بودر.

المقادير:

طريقة التحضير:

- يخفق البيض مع عصير الليمون أو الفانيليا خففاً جيداً بمضرب البيض.
- يضاف كل من الزيت والسكر ويعاد الخفق مرة أخرى.
- يوضع اللوز والمكسرات مع الزبيب على الخليط.
- يوضع البيكنج بودر والدقيق ويتم خلط المقادير جيداً.
- يسكب الخليط في طاجن واحد ويصب في أطباق صغيرة الحجم كقوالب صغيرة.
- توضع القوالب الصغيرة في الفرن لمدة 1/4 ساعة حتى تتضج.
- يتم تركها لتبرد وتوضع في الثلاجة بعد تقطيعها.



كيك البرتقال

مقادير كيك البرتقال:

- 2 كوب عصير برتقال خالي من المواد الحافظة أو أية إضافات.
- 1 كجم من الدقيق.
- 1/2 كوب من الزبد.
- 2 كوب من السكر.
- 8 بيضات.
- ملعقة كبيرة من البيكنج بودر والفانيليا.

طريقة التحضير:

- يخفق البيض مع السكر والفانيليا ضرباً جيداً بمضرب البيض.
- يضاف الزيت باستمرار أثناء الضرب.
- يضاف عصير البرتقال إلى الخليط حتى يحدث تمازج بين كل أجزاء الخليط.
- يضاف كل من البيكنج بودر والدقيق وتخلط المحتويات في إناء واسع وعميق خلطاً جيداً.
- يوضع الخليط في طاجن مناسب ويوضع في الفرن.
- يترك بالفرن لمدة 1/2 ساعة حتى ينضج تماماً.
- يخرج من الفرن ويترك حتى يبرد تماماً ثم يقطع الكيك إلى مربعات حسب الطلب.



كيك جوز الهند والزبيب

المقادير:

- 1 كجم من الدقيق، 10 بيضات.
- 1/3 كجم من السكر.
- 2 كوب من اللوز المقروش.
- 1/2 كوب من جوز الهند.
- 1/2 كوب من الزبيب.
- كوب ونصف من الزيت النباتي.
- ملعقتين من الفانيليا أو عصير الليمون.
- ملعقتين من البيكنج بودر.

طريقة التحضير:

- يشعل الفرن على نار هادئة قبل البدء بالتحضير.
- يمسح الطاجن بالزيت أو الدقيق.
- يخفق البيض مع الليمون باستعمال مضرب البيض.
- يضاف السكر والزيت مع الخفق الجيد.
- يضاف جوز الهند والزبيب وجوزة الطيب والمكسرات.
- يضاف البيكنج بودر والدقيق وتخلط المقادير مع بعضها البعض خلطاً جيداً.
- يوضع الخليط في الطاجن ثم يوضع في الفرن لمدة 1/2 ساعة.
- بعد أن يتم النضج يخرج الكيك ويترك ليبرد.
- تقطع الكيك وتوضع في الفرن حتى يحمر وجهها.
- تترك حتى تبرد وتقدم حسب الطلب.



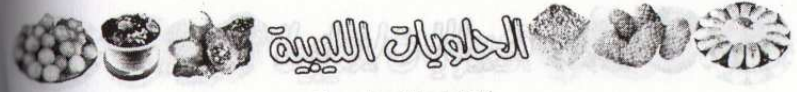
كالك باماء الحليب

المقادير:

- 1/2 كوب من الماء.
- 2 ملعقة زيت نباتي.
- كوب ونصف من الدقيق.
- ملعقة صغيرة من البيكنج بودر.
- 1/2 ملعقة صغيرة من عصير الليمون.
- 3 ملاعق كبيرة من السكر.
- 3 بيضات.

طريقة التحضير:

- يوضع السكر والماء والزيت في إناء صغير ويرفع هذا الإناء على النار.
- يترك الإناء حتى تغلي محتوياته ثم يترك بعد ذلك ليبرد.
- يخفق البيض خفقا جيدا مع عصير الليمون.
- يضاف البيض المضروب على الخليط وهو بارد.
- يضاف البيكنج بودر والدقيق ويتم خلطهما خلطاً جيداً.
- يوضع الخليط في طاجن ثم يوضع في الفرن.
- يترك حتى ينضج لمدة 1/3 ساعة.
- يخرج الطاجن من الفرن ويترك حتى يبرد ويتم تقطيعه.



أكلات البسكويت

خطوات يجب مراعاتها قبل عمل البسكويت:

- يتم خلط السوائل المستخدمة معاً خلطاً جيداً.
- غربلة الدقيق والبيكنج بودر جيداً.
- عجن عجينة البسكويت بحيث تكون لينة قليلاً ثم يتم تركها.
- يمكن استعمال الفانيليا أو عصير الليمون لأنه يتسبب في إزالة رائحة البيض.
- يشعل الفرن قبل البدء في خبز البسكويت بفترة لا تقل عن 10 دقائق.
- يترك البسكويت حتى يبرد تماماً ثم تضاف الشيكولاتة أو أي شيء يراد إضافته.
- من الممكن استخدام كوب زبادي فارغ لمعايرة المقادير.



بسكويت البرتقال

المقادير:

- 1/2 كجم من الدقيق المنخول.
- 1 كوب كبير من السمن.
- قشرة برتقالة مبشورة.
- ملعقة صغيرة من الفانيليا.
- 2 ملعقة من كربونات النشادر.
- 1/2 كجم من السكر.
- كوب كبير من اللبن.

طريقة التحضير:

- يخلط البيض مع بشر البرتقال والسمن والسكر خلطاً جيداً.
- تضاف الفانيليا للخليط السابق.
- يذاب النشادر في اللبن ويتم إضافة المزيج للخليط السابق.
- يتم إضافة الدقيق المنخول للخليط مع التقليب حتى الحصول على عجين يابس.
- نقوم بفرد العجين ونقطيعه وتشكيله حسب الرغبة ويمكن أن يدهن البسكويت باللبن.
- ترفع درجة حرارة الفرن نسبياً ويوضع البسكويت في صاج مدهون بالزيت ثم نتركه حتى ينضج ونعرف ذلك حينما يحمر لون البسكويت.
- يخرج البسكويت من الفرن ويترك حتى يبرد.



الحلويات اللبينة

- يتم تشكيل العجينة على هيئة اسطوانات متوسطة الحجم وتلف كل اسطوانة بمفردها باستعمال ورقة الزبد وتوضع داخل الثلاحة فترة من الزمن تصل إلى 8 ساعات.
- بعد ذلك يقطع العجين بالسكين الحاد وتكون على شكل دوائر.
- نترك نصف الدوائر كما هي والنصف الآخر نقوم بعمل ثقب في الوسط.
- يوضع البسكويت في الفرن ليخبز ويصير ناضجاً ثم يترك ليبرد تماماً.
- توضع طبقة من المربي على البسكويت الذي لم يتقرب من الوسط ثم تلتصق في قطعة البسكويت التي قمنا بعمل ثقب فيها.
- يرش وجه البسكويت بالسكر البودرة رشاً خفيفاً.
- توضع على أطباق أو على مفارش أعدت خصيصاً لذلك الأمر.



الحلويات اللبينة

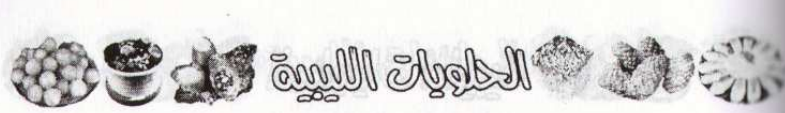
بسكويت الشيكولاتة

المقادير:

- 1 كجم من الدقيق.
- بيضتان.
- 1/2 كجم سكر ناعم - بودرة -.
- صفار 4 بيضات.
- 2 ملعقة كبيرة من البيكنج بودر.
- 3 أكواب من الزبد أو السمن.
- 1/2 كوب من مسحوق الشيكولاتة.
- ملعقة صغيرة من الفانيليا.
- القليل من اللبن ويمكن الاستغناء عنه.
- يمكن استخدام المربي أو السكر الناعم للتزيين.

طريقة التحضير:

- يضاف السكر إلى الزبد أو السمن ونقوم بتقليبهما بالملعقة الخشبية حتى يصبح الخليط مثل الكريم.
- نقوم بضرب صفار البيض مع البيضتين والفانيليا بمضرب البيض.
- يضاف الخليط السابق للزبد والسكر مع ضربهم ضرباً جيداً حتى يصل إلى حالة التجانس التام.
- يدخل الدقيق مع مسحوق الشيكولاتة والبيكنج بودر ويتم إضافتهم للخليط السابق.
- تعجن المقادير السابقة مع بعضها البعض مع إضافة القليل من اللبن بين الحين والآخر.



الحلويات اللبنة

بسكويت اليانسون

المقادير:

- 1/2 كجم من الدقيق.
- 1/2 كوب من السكر.
- 2 ملعقة كبيرة من اليانسون المجفف.
- 1/2 ملعقة صغيرة من الملح.
- 4 ملاعق كبيرة من الزيت.
- 1/2 كوب من البيكنج بودر.
- 1 ملعقة واحدة من الفانيليا أو عصير الليمون.

طريقة التحضير:

- ينخل الدقيق مع البيكنج بودر والملح.
- يوضع الخليط في سلطانية إناء عميق ويضاف اليانسون والسكر.
- نقوم بعمل ثقب في المنتصف.
- نقوم بخفق الفانيليا والزيت مع البيض.
- يصب البيض المضروب في وسط الخليط السابق وتحديداً في الثقب.
- يقلب الخليط جيداً حتى تتكون عجينة ناعمة ويابسة.
- يلت العجين على منضدة المطبخ حتى تصل العجينة لدرجة التجانس.
- تقطع العجينة إلى نصفين ويشكل كل نصف على شكل اسطوانة كبيرة.
- توضع كل قطعة في صينية صاج مدهونة بالزيت وتوضع داخل الفرن الحار لمدة 15 أو 18 دقيقة.



الحلويات اللبنة

بسكويت بالكرامة

المقادير:

- 1/2 كجم من الدقيق.
- ملعقة كبيرة من الزبد أو السمن.
- 1/2 كجم من الكريمة.

طريقة التحضير:

- ينخل الدقيق ويضاف القليل من الملح إليه.
- يوضع الزبد أو السمن في الدقيق ويتم فركه جيداً باليد.
- نبدأ في عجن الدقيق بالكرامة حتى يبدأ العجين يلين بعد 6 أو 7 دقائق.
- تفرد طبقة رقيقة من العجين ثم يتم عمل ثقب في وسطها ويكون صغيراً جداً ويمكن استعمال شوكة صغيرة في هذه العملية.
- يتم تقطيع العجين إلى دوائر وتوضع في صينية أو صاج.
- يوضع الصاج في الفرن حتى ينضج.
- يخرج ليترك حتى يبرد ويقدم بعد ذلك.



الحلويات اللذيذة

بسكويت عين البمامة

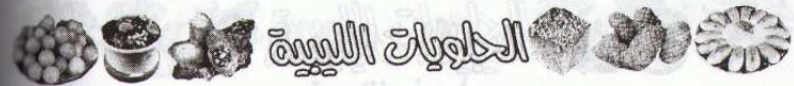
المقادير:

- 1كجم من الدقيق.
- كوب كبير من الزبد أو السمن.
- 2 كوب من السكر الناعم.
- ملعقة كبيرة فانيليا.
- ملعقة كبيرة من الكاكاو.
- ملعقة كبيرة من نكهة الشيكولاتة.
- 1/2 ملعقة كبيرة من البيكنج بودر.
- مقدار من الشيكولاتة حسب العجينة.

المقادير:

طريقة التحضير:

- يخفق الزبد أو السمن مع نكهة الشيكولاتة والكاكاو ويتم خلطهما معا.
- يضاف الدقيق والبيكنج بودر حتى تصير العجينة يابسة.
- يتم تشكيل العجينة على شكل مربعات أو دوائر حسب الطلب.
- يوضع قليل من الشيكولاتة بين كل قطعتين.
- يتم غمس كل من القطعتين المرتبطتين معا بالشيكولاتة في سائل الشيكولاتة.
- يتم وضع قطع العجين في صاج أو صينية مدهونة بالزيت وتوضع في الفرن الحار لمدة 6 دقائق.
- بعد أن يصبح لونها أصفر تكون قد نضجت وتخرج من الفرن.
- تترك حتى تبرد ثم تقدم في الأطباق.



الحلويات اللذيذة

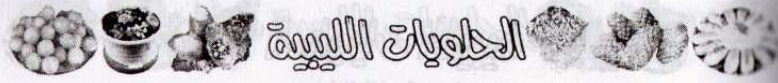
- تخرج الصواني من الفرن ثم تقطع الأسطوانة بسكين حاد إلى شرائح وتوضع الشرائح في الفرن على نار هادئة وتترك حتى تحمر احمراراً خفيفاً.

طريقة التحضير:

تقود طبقاً رقيقاً من العجين ثم تقطعها إلى شرائح رقيقة وتضعها في الفرن الحار لمدة 6 دقائق حتى تصبح ذهبية اللون.

تخرج الشرائح من الفرن وتترك حتى تبرد ثم تقدم في الأطباق.

تترك حتى تبرد ثم تقدم في الأطباق.



الحلويات اللذيذة

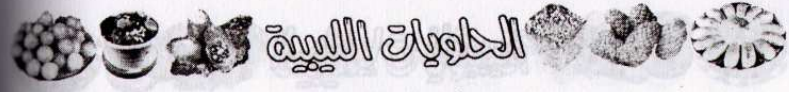
بسكويت عيد الميلاد

المقادير:

- 1 كجم من الدقيق المنخول.
- كوب مليء بالسمن.
- كوب ونصف من العسل الأبيض أو الأسود.
- 2/3 كوب سكر.
- ملعقة ونصف من بيكربونات الصوديوم.
- 2/3 ملعقة من البيكنج بودر.
- 1/2 ملعقة من القرفة.
- 1/2 كوب جنزبيل ناعم.
- ملعقة كبيرة القرنفل الناعم.
- 2 بيضة.

طريقة التحضير:

- يضاف العسل للسمن مع السكر والبيض ويتم خلطه خلطاً جيداً بواسطة ملعقة خشبية حتى يحدث التجانس التام ويمكن استخدام الخلاط.
- يتم نخل القرفة والجنزبيل والقرنفل وبيكربونات الصوديوم والدقيق والبيكنج بودر مع بعضهم ويخلطوا معاً خلطاً جيداً.
- تضاف تلك المقادير إلى الخليط السابق لها وتعجن معاً حتى نحصل على عجينة لينة نوعاً ما.
- يتم تركها في الإناء وتغطي جيداً بغطاء محكم.
- يتم وضعها في الثلاجة حتى تتجمد وتصير متماسكة.
- تقطع العجينة بعد ذلك إلى ثلاث أجزاء.



الحلويات اللذيذة

بسكويت القهوة

المقادير:

- 1 كجم من الدقيق.
- 1/2 كوب من الزبد.
- 3/4 كوب من السكر الناعم.
- 3/4 كوب من الزيت.
- ملعقة كبيرة من الكاكاو، ومن البن المطحون.
- ملعقة كبيرة بيكنج بودر.
- 1/3 كوب من النشا.
- 3/4 كوب من اللوز.
- ملعقة ونصف من اللبن الحليب.
- ملعقة صغيرة من عصير الليمون.

طريقة التحضير:

- يخلط الزيت والزيت والسكر.
- يوضع البيض والليمون وقشر الليمون والحليب والكاكاو والقهوة ويتم عجنهم بالدقيق والنشا والبيكنج بودر.
- تشكل العجينة على شكل مربعات أو أصابع أو أي شكل حسب الرغبة.
- توضع في الفرن لتتضج.
- وبعد أن تتضج تخرج من الفرن وتترك لتبرد.
- يوضع البسكويت في الثلاجة حتى يتجمد ويقدم بارداً.



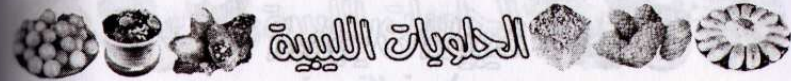
الحلويات اللذيذة

بسكويت الكاكاو

- تقوم بلف المقادير:
- بوضع البسكويت في الفرن ليخبز.
- 2 كوب من الدقيق.
- 1/2 ملعقة من السمن السائح.
- 1/2 كوب من الكاكاو.
- ملعقة صغيرة من البيكنج بودر.
- 1/2 كوب من الزبد.
- 1/2 كوب من اللوز المقشر أو الجوز.
- ملعقة ونصف من اللبن الحليب.
- ملعقة كبيرة من النشا.
- 1/2 ملعقة من الفانيليا.

طريقة التحضير:

- يضاف السمن إلى السكر والزبد ويتم ضربهما معا ضربا جيدا.
- يضاف السكر والفانيليا والكاكاو والحليب للخليط السابق.
- يتم عجن الخليط بالدقيق والنشا والبيكنج بودر عجنا جيدا.
- تشكل العجينة على شكل مكعبات ويغمس طرف البسكويت في الكاكاو.
- يوضع الجوز أو اللوز في الوسط.



الحلويات اللذيذة

- يفرد الجزء الأول على منضدة المطبخ ويرش رشا خفيفا بواسطة الدقيق.
- تقطع قطعة العجينة إلى مربعات وترص في صاج مدهون بالزيت متباعده عن بعضها.
- نقوم بعمل نفس الخطوات السابقة لباقي العجينة.
- توضع الصيجان في فرن درجة حرارته مرتفعة وتترك لمدة 10 دقائق حتى يحمر وجهها وتكون حينئذ قد نضجت.
- تترك الصيجان حتى تبرد.
- يمكن تجميل البسكويت بأي حلوى مثل الكريمة الملكية ويتم رشها بسكر ملون إن وجد أو قطع من الكريز.

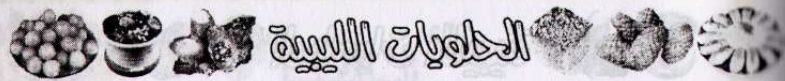
طريقة عمل الكريمة الملكية:

المقادير:

- كوب كبير من السكر الناعم.
- بياض بيضة.
- ملعقة صغيرة من الفانيليا.
- ملعقة صغيرة من عصير الليمون.

طريقة التحضير:

- يخفق بياض البيضة مع اضافة السكر بمضرب البيض.
- يضاف عصير الليمون بشكل تدريجي مع الفانيليا مع الاستمرار في الخلط حتى تصير ناعمة ومساء.



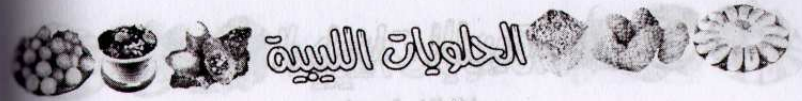
الحلويات اللبينة

- نقوم بلف العجين بعد ذلك حسب الرغبة.
- يوضع البسكويت في الفرن ليخبز.
- يخرج من الفرن ويترك ليبرد ويمكن غمسه في الشيكولاته ويقدم بعد ذلك.

المقادير:

طريقة التحضير:

- كوب من الزبد أو السمن.
 - 2 ملعقة من السكر الناعم.
 - كوبين ونصف من الدقيق.
 - 1/2 ملعقة صغيرة من البيكنج بودر.
 - 1/2 ملعقة من الفانيليا.
 - بيضة مخفوقة.
- طريقة التحضير:
- يدعك كل من السكر والزبد جيدا.
 - تضاف البيضة والفانيليا إلى السكر والزبد ويتم خلطهما جيدا.
 - يعجن الدقيق مع البيكنج بودر ثم يترك قليلا.
- المقادير:
- 1/2 كوب من السكر الناعم.
 - 1 كوب من جوز الهند.
 - 5 بياضات.
 - ملعقة من الفانيليا.
- طريقة التحضير:
- يخفق بياض البيض والفانيليا لمدة 1/4 ساعة.
 - نقوم باضافة السكر بالتدرج مع الإستمرار في الخفق.
 - يتم أخذ مقدار من العجينة في حجم الكرة الصغيرة ثم نقوم بوضع ملعقة صغيرة من الحشو داخلها.



الحلويات اللبينة

بسكويت اطازنة

المقادير:

- كوب من الزبد أو السمن.
- 2 ملعقة من السكر الناعم.
- كوبين ونصف من الدقيق.
- 1/2 ملعقة صغيرة من البيكنج بودر.
- 1/2 ملعقة من الفانيليا.
- بيضة مخفوقة.

طريقة التحضير:

- يدعك كل من السكر والزبد جيدا.
- تضاف البيضة والفانيليا إلى السكر والزبد ويتم خلطهما جيدا.
- يعجن الدقيق مع البيكنج بودر ثم يترك قليلا.

تحضير الحشو:

المقادير:

- 1/2 كوب من السكر الناعم.
- 1 كوب من جوز الهند.
- 5 بياضات.
- ملعقة من الفانيليا.

طريقة التحضير:

- يخفق بياض البيض والفانيليا لمدة 1/4 ساعة.
- نقوم باضافة السكر بالتدرج مع الإستمرار في الخفق.
- يتم أخذ مقدار من العجينة في حجم الكرة الصغيرة ثم نقوم بوضع ملعقة صغيرة من الحشو داخلها.



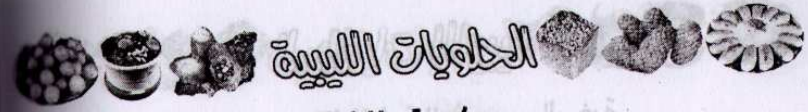
الزلابيا

المقادير

5 كوب من الطحين – 5 كوب لبن – ملعقة خميرة – 6 كوب من العسل
– 6 أكواب من زيت القلي.

الطريقة

نمزج الطحين مع الخميرة ونضيف إليه اللبن ونعجن حتى تصبح العجينة متماسكة ومتماثلة .. نغطي العجينة ونتركها حتى تختمر ويكبر حجمها وذلك لمدة ساعة ونصف .. نبدأ بتشكيل العجينة على شكل كريات صغيرة نوضع في الزيت لتقلي .. نصفها بعد ذلك من الزيت ونضعها في العسل .. تقدم بعد ذلك ساخنة أو باردة.



بسكويت بالبندق

المقادير:

- 6 أكواب من الدقيق.
- كوب من السكر الناعم مع كوب مليء بالزيت.
- مقدار مناسب من الفور مسيل.
- 2 كوب من البندق مع كوب من السمن.
- 211 كوب من النشا.
- بيضتان مع 211 ملعقة صغيرة من الفانيليا.

طريقة التحضير:

- يمزج السكر في الزيت أو السمن.
- يخفق البيض جيداً مع الفانيليا بواسطة مضرب البيض.
- يضاف النشا ويعجن الدقيق والبيكنج بودر حتى تصبح العجينة ناعمة وذلك بعد إضافة السكر والسمن والنشا.
- تقطع العجينة ونقوم بلف كل قطعة وفي وسطها حبة بندق.
- نوضع القطع في صاج مدهون بالزيت في الفرن لمدة 311 ساعة ويمكن التأكد من نضوج البسكويت بفتح الفرن كل 10 دقائق.
- بعد أن تتضح نخرج الصاج ونتركه كي يبرد.
- يتم تغطية كل قطعة بسكويت بالشيكولاته.
- ترص قطع البسكويت في طبق بطريقة جمالية وترش عليها الفورماسيل.
- كرر بالتدريج مع الإستمرار في الخفق.
- يتم أخذ مقدار من ***** في حجم الكرة الصغيرة ثم نقوم بوضع ملعقة صغيرة من الحشو داخلها.



المهلية

المقادير

8 أكواب من الحليب – 3 أكواب من السكر الناعم – كوب من أرز البويرة
– 2 كوب من ماء الورد – 1/2 مستكة مطحونة – 3 ملعقة من الفستق
الناعم – 1/2 كوب من اللوز المسلوق المقشر.

الطريقة

نضع نصف كمية الحليب على النار ونتركه حتى يغلي ونذوب الأرز
المطحون في ما تبقى من الحليب البارد ونضيفه مع السكر للحليب الذي
يغلي على النار .. نقلب المزيج جيداً ونضيف إليه ماء الورد والمستكة
المطحونة ونستمر في التقليب لعدة دقائق على نار متوسطة يوزع المزيج
في كاسات أو في جاط كبير .. يزين سطح المهلية بالفستق الناعم واللوز
المسلوق والمقشر وزهر الليمون.



تمح العيد

المقادير

4 أكواب من القمح المجروش والمغسول جيداً – كوب من السكر الناعم
– 1/2 كوب من ماء الورد – ملعقتين من القرفة – ملعقتين من اليانسون
– كوب ونصف من الزبيب.

الطريقة

نضع القمح في إناء به ماء ونتركه ليغلي على نار عالية لمدة 30 دقيقة ..
نصفي القمح بعد أن ينضج ونضيف إليه كوبين من ماء السلق بعد إذابة
السكر فيها ونضيف اليانسون والقرفة والزبيب .. نقلب المواد على النار
لبضع دقائق ثم نضيف ماء الورد ونطفى النار .. يقدم القمح ساخناً.





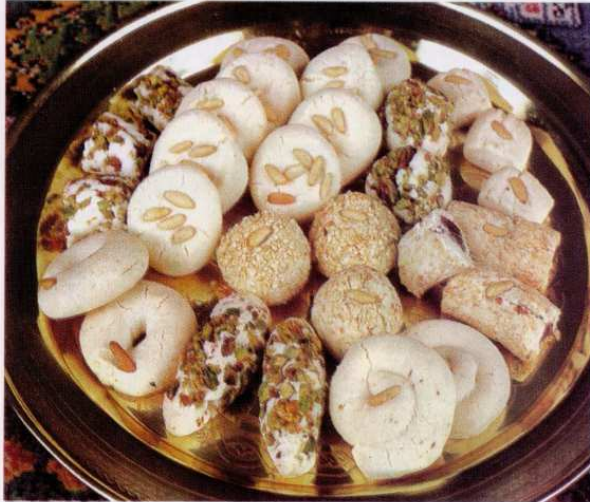
الغريبة

المقادير

5 أكواب طحين - 3 كوب زبد أو سمن - 3 كوب سكر بودرة - كوب من الفستق المبشور.

الطريقة

يخفق السكر مع الزبدة أو السمنة حتى يذوب وتحصل على خليط أبيض اللون .. نضيف الطحين ويعجنان معاً حتى نحصل على عجينة متماسكة وطرية .. نستطيع أن نصنع العجين على هيئة دوائر أو مربعات حسب الطلب .. ويمكن حشوها بالجوز والتمر ونضع حبة الصنوبر أو الزبيب في المنتصف .. نوضع في صينية ثم ندخل الفرن لمدة 15 دقيقة.



المعكرون

المقادير

5 أكواب طحين - 5 أكواب عسل - 2 كوب من طحين الفرخة - 2 كوب من الماء - 6 أكواب من الزيت - 4 ملاعق كبيرة من السكر - 3 ملاعق من الياسون - ملعقة ونصف محلب ناعم - ملعقة ونصف خميرة.

الطريقة

يخلط الطحين العادي مع طحين الفرخة والخميرة ويضاف كوبان من الزيت ويخلطان معاً حتى نحصل على الفرق .. نضيف السكر ثم الياسون والمحلب ثم الماء ونعجن الخليط حتى تصبح العجينة متماسكة .. نترك العجين يرتاح لمدة ساعة .. نقسمها لكريات صغيرة نبططها على شكل أصابع .. نضع الأصابع على الجانب الخشن من المبشرة ونضغط عليها من أسفل بحيث يلف بعضها على بعض وتحمل على جهتها الخارجية آثار الثقوب .. نقلى الأصابع في الزيت .. بعد ذلك نصفها من الزيت ثم نغمسها في العسل لوضع دقاتق .. نقدم باردة.





الكرايج

المقادير

4 أكواب سميد - 2 كوب طحين فرخة - 3 أكواب زبد أو سمن - 4 ملاعق كبيرة سكر ناعم - 3 كوب ماء الورد - 4 أكواب حشو الجوز - 4 أكواب عسل - 300 جم شلش حلوة - 5 أكواب ماء.

الطريقة

يخلط السميد مع الطحين ونضيف إليه الزبدة السائلة ونمزجها مع بعضهما البعض حتى نحصل على الفرق .. نضيق السكر الناعم وماء الورد ونخلطهم جيداً حتى نحصل على عجينة متماسكة وطري .. نضعها على الطاولة الخشبية ونغلفها بقطعة قماش ونتركها لمدة ساعة .. قبل هذا نكون قد نقعنا شلش الحلوة في الماء وذلك في اليوم السابق .. نضع ماء الائتقع في طنجرة على النار حتى يغلي جيداً ثم نتركه ليبرد .. نضعه بعد ذلك في وعاء عميق ويخفق بالشريط خففاً سريعاً حتى يبيض ويكبر حجمه .. تقطع العجينة لكريات صغيرة ونحشها مثلما فعلنا مع المعمول ونشكلها على هيئة أصابع صغيرة .. نصفها في صينية ونضعها في فرن شديد الحرارة حتى يحمر وجهها وذلك لمدة 10 دقائق .. تقدم الكرايج بعد ذلك وقد صفت حول الناطف.



النشأ

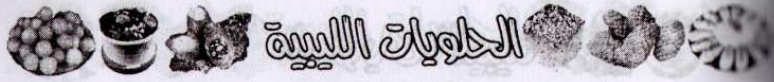
المقادير

3 عيدان قرفة - 4 أكواب قمر الدين - 2 كوب من كل من المشمش والخوخ المجفف والسكر الناعم - 1 كوب من الزبيب والصنوبر - 7 أكواب من الماء - 3 ملاعق ماء الورد.

الطريقة

ينقع قمر الدين في نصف كمية الماء طوال الليل في البراد ونفعل نفس الشيء بالخوخ والمشمش والزبيب .. في اليوم الثاني نضع مزيج قمر الدين في إناء على النار ونبدأ بالتقليب بملعقة خشبية حتى ينوب القمر الدين .. تصفى الفاكهة المجففة من الماء الذي نقتت فيه ونضيف الماء لقمر الدين على النار .. عندما يبدأ الخليط في الدوبان نضيف إليه القرفة والسكر .. نضيف الفاكهة المجففة والصنوبر ونتركها تغلي حتى ينخفض مستوى السائل قليلاً .. إذا أردنا الحصول على مزيج أكثر تماسكاً يمكن أن نذيب كوب من النشا في الماء ونضيفه للخليط السابق .. يقدم الخشاف بارداً أو ساخناً.





طريقة عمل الكريمان

أوجد أنواع كثيرة من الكريمان التي تستعمل في تجميل التورتات والجاتوه والكريمان ونذكر منها:.

كريمة الشيكولاتة اللامعة

استخدم هذه الكريمة لتغطية الإكلير والسبيلية بالشيكولاتة والكعك الإسفنجي والجاتوه.

المقادير:.

- ملعقتان كبيرتان من الشيكولاتة غير المحلاة.
- ملعقة كبيرة من الماء الساخن.
- ½ ملعقة صغيرة من الفانيليا.
- ½ ملعقة صغيرة من الزبد.
- ½ كوب من السكر الناعم، وذرة ملح.

طريقة التحضير:.

- تسيح الشيكولاتة مع الزبد على حمام مائي.
- يضاف عليه السكر الناعم بصورة تدريجية مع الماء الساخن مع القيام بالتقليب المستمر باستعمال المعلقة الخشبية وذلك حتى تصبح الكريمة ناعمة وملساء وبعد ذلك يمكن صبها.
- إذا لم تصبح الكريمة ناعمة بعد نقوم بإضافة قطرات من الماء الساخن وتوضع على حمام مائي مع التقليب الجيد.
- تضاف الفانيليا وذرة الملح مع التقليب المستمر.
- تترك الكريمة حتى تصبح دافئة ثم نقوم بصبها على الجاتوه أو التورته لتغطي الوجه والجوانب.

النمورة



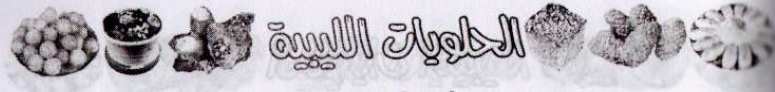
المقادير

6 أكواب سميد - 2 كوب طحين فرخة - 2 كوب لوز مسلوق - 3 كوب زبدة - 3 كوب سمنة - 5 كوب سكر ناعم - 3 كوب ماء أو لبن - 3 ملاعق من الكينج بودر - 3 ملاعق طحينية - 4 كوب من العسل.

الطريقة

يخلط السميد مع الطحين والكينج بودر والزبدة السائلة .. يذاب السكر في الماء ونضيفه للمزيج السابق ونخلطهما حتى نحصل على عجينة متماسكة وطرية .. نصب العجين في صينية مدهونة فعرها بالزيت ونزين سطحها باللوز المسلوق أو المقشر .. نضع العجين في فرن شديد الحرارة وتترك فيه لمدة 30 دقيقة أو 45 دقيقة وبعد أن تتضح نرش سطحها بالعسل .. تقطع بعد ذلك لمكعبات وتقدم.





الحلويات اللبينة

كريمة اطاء

تستخدم هذه الكريمة لتغطية الكعك أو الكتابة على الجاتوهات أو التورتة.

المقادير:

- 2 كوب من السكر الناعم.
- 2 ملعقة من السكر الناعم.
- ملعقة صغيرة من الفانيليا.

طريقة التحضير:

- يضاف الماء الساخن للسكر بصورة تدريجية ويخلط هذا الخليط خلطاً جيداً حتى يصبح لونه أبيض وناعم تماماً.
- تضاف الفانيليا وتقلب جيداً وتستعمل مباشرة قبل أن تجف.
- إذا كانت الكريمة خفيفة يمكن أن يضاف إليها السكر حتى نحصل على القوام المطلوب.



الحلويات اللبينة

المارنج اللين

المقادير:

- بياض بيضتين مخفوقتين جيداً.
- كوب مليء بالسكر الناعم.
- ملعقة صغيرة من الفانيليا.
- ملعقة صغيرة من عصير الليمون.
- ذرة ملح.

طريقة التحضير:

- يضاف عصير الليمون إلى بياض البيض المخفوق ويستمر الضرب بمضرب البيض.
- تضاف الفانيليا والملح ويخفق الخليط جيداً.
- يستعمل لتغطية الجاتوه أو يوضع في الفرن حتى يحمر تحميراً دقيقاً ويقدم ساخناً.



الحلويات اللبينة

كريمة البرتقال بالماء

يمكن استبدال الماء الساخن بعصير البرتقال وكذلك يمكن الاستغناء عن الفانيليا ويتم تلوين الجاتوه أو التورته باستعمال لون برتقالي.

كوب كبير من السكر الناعم

ملعقة كبيرة من الزبد

ملعقة كبيرة من عصير الليمون

ملعقة كبيرة من ماء البرتقال

ملعقة كبيرة من الفانيليا

ملعقة كبيرة من الكاكاو

ملعقة كبيرة من السكر الناعم

ملعقة كبيرة من ماء البرتقال

ملعقة كبيرة من الفانيليا

ملعقة كبيرة من الكاكاو

ملعقة كبيرة من السكر الناعم

ملعقة كبيرة من ماء البرتقال

ملعقة كبيرة من الفانيليا

ملعقة كبيرة من الكاكاو

ملعقة كبيرة من السكر الناعم

ملعقة كبيرة من ماء البرتقال

ملعقة كبيرة من الفانيليا

ملعقة كبيرة من الكاكاو



الحلويات اللبينة

كريمة اماء بالشيكولاته

المقادير:

2 ملعقة كبيرة من الشيكولاته غير المحلاة.

2 ملعقة كبيرة من الكاكاو.

2 ملعقة لبن حليب.

2 كوب من السكر الناعم.

ملعقة من الزبد.

طريقة التحضير:

- تذاب الشيكولاته في الكاكاو أو اللبن في الماء الساخن.
- يتم إضافة السكر الناعم مع التقليب المستمر حتى تصبح الكريمة ملساء ناعمة.
- قد يحدث في بعض الأحيان أن تصبح الكريمة مشققة وحينها يمكن أن نضيف ملعقة من الزبد السائح.



الحلويات اللبينة

نورثة الكريسماس

المقادير:

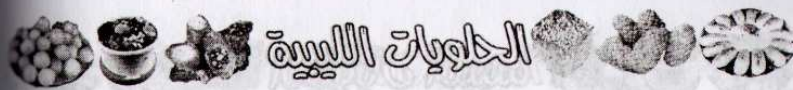
- كوب ونصف من الدقيق.
- 3/4 ملعقة من عصير الليمون.
- 5 بيضات.
- كوب كبير من السكر الناعم.
- 3/4 ملعقة كبيرة من البيكنج بودر.

طريقة التحضير:

- يوضع البيض في إناء ويضاف عليه عصير الليمون أو الفانيليا ويخفق الخليط جيدا بمضرب البيض.
- يتم إضافة السكر مع التقليب المستمر.
- ينخل الدقيق ثم يضاف البيكنج بودر ويضافا للخليط السابق.
- يعاد ضرب الخليط مرة أخرى بواسطة ملعقة خشبية.
- يوضع الخليط في طاجن ويوضع داخل الفرن متوسط الحرارة لمدة 25 دقيقة.
- نكون بهذا قد جهزنا كيكة التورته.

تحضير الحشو:

- يكون غالبا كريم شانتي + ماء منثلج أو يمكن إحضار حليب منثلج مضاف إليه كاكاو أو أي لون آخر مناسب ومن السهل تحضير هذا الحشو كالاتي:.
- تضاف الكريمة للماء أو الحليب باستعمال مضرب البيض وذلك لمدة 4 دقائق.



الحلويات اللبينة

الكريمة املكية

المقادير:

- 2 كوب من السكر البودرة.
- ملعقة كبيرة من الفانيليا.
- بياض بيضتان.
- 1/2 ملعقة كبيرة من عصير الليمون.

طريقة التحضير:

- يخفق صفار البيض ويضاف إليه السكر في إناء صغير.
- يضاف عصير الليمون بشكل تدريجي ثم تضاف الفانيليا مع استمرار التقليب حتى تصبح الكريمة ناعمة وملساء ويمكن بغد ذلك تلوينها.



الحلويات اللبينة

طرق نجميل النورنه

- تقسم كيكة التورته إلى قسمين أو ثلاثة.
- تسقى الطبقة الأولى بعصير فواكه أو عسل.
- توضع هذه الطبقة على ورقة كرتون تكون بحجم الطاجن تقريباً.
- توضع طبقة من الكستردة أو المربي وعليها القليل من المكسرات.
- توضع الطبقة الثالثة عليها ويمكن ضغطها ضغطاً بسيطاً بواسطة اليد.
- تسقى بالقليل من العسل أو العصير.
- توضع طبقة من الكريمة أو الكستردة ويضاف عليها القليل من الفواكه.
- توضع نصف الكيكة الأخرى ويتم الضغط عليها بالتساوي باليد.
- تزين الكيكة من أعلى بالكريمة.
- تترك من الجوانب وتملى بالكريمة ثم تزين الجوانب بالمكسرات أو الشيكولاته يدوياً.



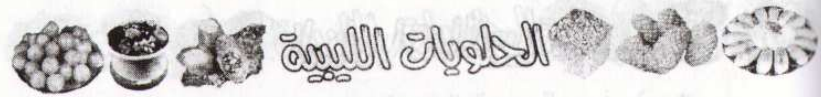
الحلويات اللبينة

- يترك نصف مقدار العجين أبيض ويخلط الباقي بالكاكاو.

وهناك مقادير أخرى تستخدم للتجميل مثل:.

- استعمال كوب من الشيكولاته المبشورة ويمكن استبدالها بجوز الهند أو المكسرات.
- يمكن استخدام الكريز أو أي نوع آخر من الفواكه.
- يمكن استخدام الكستردة أو المربي.
- عصير فواكه أو عسل أبيض مجفف.

- توضع طبقة من الكريمة أو المربي وعليها القليل من المكسرات.
- توضع الطبقة الثالثة عليها ويمكن ضغطها ضغطاً بسيطاً بواسطة اليد.
- تسقى بالقليل من العسل أو العصير.
- توضع طبقة من الكريمة أو الكستردة ويضاف عليها القليل من الفواكه.
- توضع نصف الكيكة الأخرى ويتم الضغط عليها بالتساوي باليد.
- تزين الكيكة من أعلى بالكريمة.
- تترك من الجوانب وتملى بالكريمة ثم تزين الجوانب بالمكسرات أو الشيكولاته يدوياً.



الحلويات اللذيذة

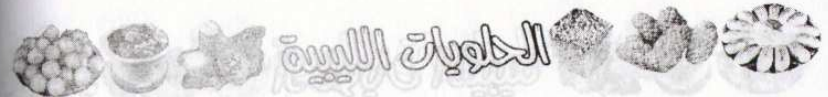
نورثة التفاح

المقادير:

- ¼ كجم من الزبد أو السمن.
- ¼ كجم من السكر.
- صفار 6 بيضات.
- 2 ليمونة منزوعتا القشرة.
- ½ كجم من الدقيق.
- 2 كجم تفاح.

طريقة التحضير:

- يخفق البيض خفقا جيدا بخلط السكر بالزبد وبشر الليمون ويتم خلطهما جيدا.
- يضاف الدقيق للخليط مع التقليب المستمر.
- تضاف الخميرة وصفار البيض.
- يوضع نصف الخليط في قالب الكيك.
- يغطي القالب بمكعبات التفاح المبشور بمعدل نصف الكمية.
- يوضع النصف الآخر المتبقي من العجينة ثم يضاف إليها التفاح.
- يمكن تجميل الكيك بواسطة اللوز المقشور.
- تترك العجينة في فرن لتتضج لمدة 35 دقيقة..
- بعد أن تتضج يتم إخراجها من الفرن وبرش السطح بقليل من سكر البودرة.



الحلويات اللذيذة

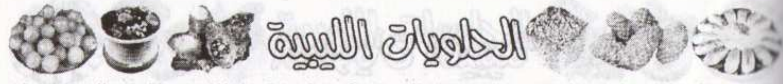
• يمكن استعمال القمع في عمل أشكال بالكريمة مثل الوردات والدوائر.

• يوضع الكريز في هذه الوردات أو يمكن استعمال أي نوع من الفاكهة ويتم التجميل حسب الذوق وتوضع في الثلاجة.

يمكن الحصول على أشكال مختلفة من الشيكولاته وذلك بإتباع الآتي:

- توضع الشيكولاته المذابة في إناء اسطواني.
- يسوى السطح باستخدام الملعقة.
- توضع في الثلاجة قليلاً ويراعى ألا تترك حتى تتجمد.
- يتم تقطيعها بالشكل المطلوب أو يمكن أن تلف على شكل اسطوانة.

- يتم إعادة الشيكولاته للثلاجة وتوزع الأشكال بدقة.



- يتم فرد العجينة الناعمة على رخامة مرشوشة بالدقيق على هيئة دائرة كبيرة.
- تنقل على صاج كبير مدهون دهناً خفيفاً بالسمن.
- يقطع الجزء الزائد من العجينة ثم تكسى بها الصينية.
- نقوم بعمل فجوة صغيرة في العجينة وذلك حتى ترتفع العجينة.
- يتم وضعها في فرن متوسط الحرارة.
- يتم عمل الجيلي ويذاب في كوب ماء مغلي أو شراب الفاكهة.
- يتم وضعها في الثلاجة حتى تبرد وتتجمد قليلاً.
- تبرد الكيكة ويتم تغطيتها بواسطة طبقة من كريم الباتسيير.
- ترص الفاكهة عليها بشكل منسق.
- يلمع السطح بوضع طبقة من الجيلي عليه بواسطة المعلقة.
- تجمل الجوانب بواسطة البندق المحمص المفروم.
- توضع في الثلاجة وتترك للتجمد.



نورثة السبله

المقادير:

- 2 كوب من السكر الناعم.
- 4 بيضات.
- 3 أكواب من الزبد أو السمن.
- 2 ملعقة صغيرة فانيليا.
- ½ كجم دقيق.
- ½ كجم من الملح الناعم.

مقادير الحشو:

- مقادير متناسبة من الكورن فلور أو كريم باتسيير أو مهلبية بالنشا.
- علبه من المربي أو أي نوع من الفاكهة ويمكن إحضار فاكهة محفوظة.
- علبه جيلي الليمون أو المشمش.
- 2 كوب ماء أو شراب الكمبوت.

طريقة التحضير:

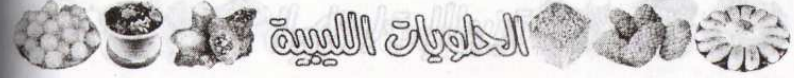
- يتم ضرب الزبد أو السمن حتى يصبح ليناً.
- يضاف السكر بصورة تدريجية والبيض واحدة تلو الأخرى مع الإستمرار في الخفق بقوة حتى يصبح الخليط خليطاً ناعماً.
- تضاف الفانيليا والدقيق المنخول مع الملح ثم يقلب الخليط حتى تتكون عجينة ناعمة.



• يتم تغطية الدائرة الثانية وتوضع في الفريزر حتى تتجمد.

• تغطي الدائرة الثالثة وتتلفج ثانية حتى تصبح مجمدة تماماً. ويتم قلبها على طبق التقديم وتعمل باستعمال الكريمة المخفوقة والفاكهة بحسب الرغبة.

• يتم تقطيعها بسكين حاد وتقدم باردة قبل أن يذوب الأيس كريم.



نورثة الأيس كريم

المقادير:

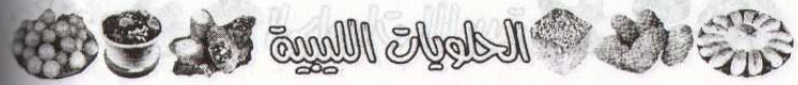
- نفس مقادير الكيكة الإسفنجية وتكون باردة.
- ¼ كجم من الكريمة المخفوقة والمخففة قليلاً.
- ½ كجم شيكولاته أو أي نوع من الجيلاتني بأي نكهة.

طريقة التحضير:

- يتم تقطيع الكيكة إلى 4 دوائر في قطاع عرضي.
- تترك ثلاث شرائح سليمة على شكل دوائر.
- يتم تقطيع الدائرة الرابعة إلى شرائح مستطيلة وذلك لتبطين جوانب الصينية.
- تبطن قاع الصينية باستخدام ورق سميكة على هيئة دائرة وذلك حتى يكون من السهل قلب التورثة على وجهها الآخر ويتم وضع دائرة الكيكة السفلية فوقها.
- ترص شرائح الكيكة حولها وتلك الشرائح ستبدو مستطيلة وذلك لتبطين جوانب الصينية وذلك حتى لا يخرج الأيس كريم من الجوانب.
- تغطي الكيكة بنصف مقدار الأيس كريم.



- يتم وضع الطبقات الثلاثة فوق بعضها البعض ويضغط عليها ضغطاً خفيفاً حتى لا تلتصق ببعضها.
- تتم تسوية الجوانب بواسطة سكين حاد لتتساوى الحواف.
- يكتب على سطح الجاتوه أو يزخرف بواسطة حلوى الشيكولاته وتزخرف الحواف بخطوط متعرجة أو وردات أو وريقات شجر وتوضع في الثلاجة حتى تتجمد.

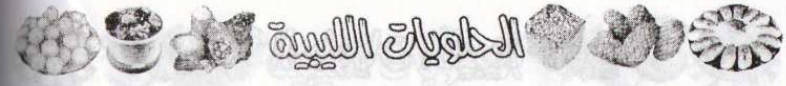


جانوه الكاسانا

- تحضر مقادير الكيكة الإسفنجية على هيئة مستطيل كبير ونقوم بتجهيزها.
- يتم تحضير مقدار من الحلوى الزبد ويتم تقسيمه لثلاث أقسام.

طريقة التحضير:

- يؤخذ القسم الأول من الحلوى الزبد فيلون باللون الفستقي ثم يلون القسم الثاني بالشيكولاتة الذائبة الباردة ويترك القسم الثالث كما هو.
- تقسم الكيكة التي على هيئة مستطيل إلى ثلاث مستطيلات صغيرة في قطاع بعرض الكيكة.
- يدهن المستطيل الأول بالحلوى ذات اللون الفستقي.
- يدهن المستطيل الثاني بالحلوى الملونة بالشيكولاتة الذائبة.
- يدهن المستطيل الثالث بحلوى الزبد الغير ملونة.



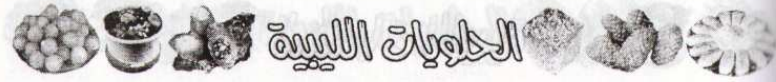
جائوه بالكريز

المقادير:

- 2 كوب من الدقيق.
- 5 أكواب من اللبن الحليب.
- 1 كوب من الزبد أو السمن.
- 2 فنجان من الكريز المبشور.
- 1 كوب من السكر الناعم.
- 2 ملعقة من البيكنج بودر.
- 1/2 ملعقة ملح.
- بيضتان مخفوقتان جيداً.
- 1/2 كوب من الجوز المبشور.

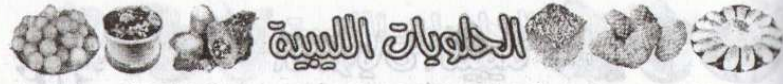
طريقة التحضير:

- يسخن الفرن قبل البدء في التحضير.
- تبطن قوالب تحضير الكيك الصغيرة بورق الفرن.
- يخلط الدقيق مع قليل من السكر والبيكنج بودر والملح.
- تقوم بالتقليب و الخلط.
- يوضع البيض مع اللبن والزبد ويخلطوا معا خلطاً جيداً.
- يجمع الخليطين السابقين ويخفقا معا خفقا جيداً.



• يضاف الكريز إلى الجزء المتبقي من السكر ويضاف الجوز.

- ويصب الخليط في قوالب الكيك الصغيرة إلى أن يصل لثلاثي القالب لأنه عندما ينضج سوف يزداد حجمه.
- يوضع في الفرن لمدة 20 دقيقة حتى تنضج.
- بعد أن ينضج الخليط ينثر عليه السكر وحينها يصبح جاهزاً للتقديم.



الحلويات اللبينة

البندقية

المقادير:

المقادير:

- ملعقة كبيرة من البيكنج بودر.
- 2 ملعقة من الفانيليا.
- كوب مليء بالسكر البودرة.
- بيضتان.
- 2 كوب من الزبد أو السمن.
- كوب من النشا.
- 2 كوب من البندق المحمص.
- 5 أكواب من الدقيق.

طريقة التحضير:

- يدعك البيض مع الزبد والسكر والفانيليا ويخلطوا خلطاً جيداً.
- يعجن الدقيق والبيكنج بودر والنشا.
- يتم تشكيل العجين على كرات في حجم البندقية وتلف العجينة على حبة البندق.
- توضع في الفرن حتى تتضج.
- تغرس كل كرة منها في الشيكولاتة.



الحلويات اللبينة

جانوه بالكرمة

المقادير:

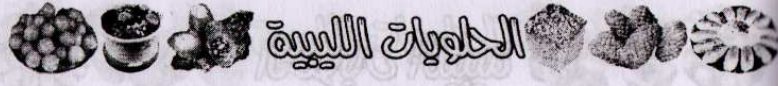
المقادير:

- 1/2 كجم من الكريمة شانتي.
- 1/2 كجم من عجينة الكيك.
- 1 كوب من السكر الناعم.

طريقة التحضير:

- تدهن الصينية أو الصاج بالزيت.
- توضع العجينة في كيس أو قمع وتشكل على الصينية أو الصاج على شكل ورود صغيرة.
- توضع في الفرن ويجب أن يكون الفرن حرارته مرتفعة في أول عشر دقائق ثم نقوم بتهدئة درجة الحرارة.
- يراعى عدم فتح الفرن أثناء عملية التسوية حتى لا يدخل الهواء البارد.
- يترك الكيك حتى يبرد ثم تفتح الجوانب بحرص وتحشى بالكريم شانتي.

- ويرش وجه الكيك بالسكر الناعم.



الحلويات اللبينة

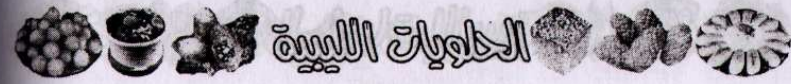
السلة بالكستردة

المقادير:

- 6 أكواب من الدقيق.
- كوب كبير من السكر الناعم.
- ملعقتين من الفانيليا.
- كوب من الزيت.
- 2 كوب من الزبد والسمن.
- ملعقة صغيرة من البيكنج بودر.
- 5 ملاعق من ماء الورد.
- كوب مليء بالعسل.
- كوب مليء بالسكر.
- كوبين من أي نوع من المكسرات.
- مقدار من الشيكولاتة أو الكريمة شانتي أو أي نوع من المربي.
- بعض فواكه مقطعة إلى قطع صغيرة.
- مقدار من الكستردة.

طريقة التحضير:

- يخلط السكر مع الزبد أو الزيت.



الحلويات اللبينة

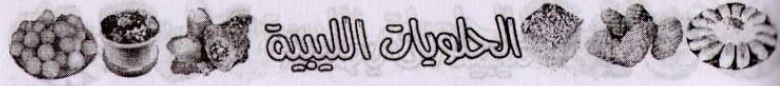
الشيكلاتة البيضاء

المقادير:

- 2 كوب من الزبد أو السمن.
- 1/2 كوب من الزيت النباتي.
- كوب من السكر الناعم.
- 8 كوب دقيق.
- 2 ملعقة صغيرة بيكنج بودر.
- صفار بيضتين.
- 1/2 كوب من النشا.
- 2 كوب من البندق أو جوز الهند.
- مقدار من الشيكولاتة البيضاء الخام.

طريقة التحضير:

- يخلط كل من الزبد والزيت والسكر ويضاف صفار البيض والفانيليا ويعجن بالدقيق والنشا.
- تشكل كريات من العجين توضع في منتصف كل منها بندقة. ويوضع العجين في الفرن حتى ينضج.
- نغمس العجين الذي تم خبزه في الشيكولاتة البيضاء ثم يرش عليها جوز الهند.



الحلويات اللبينة

حلوى البيض

المقادير:

- 3 بياض بيض.
- 1/2 كوب من السكر.
- ملعقة كبيرة من عصير الليمون أو الفانيليا.
- 1/2 ملعقة كبيرة من لون فاكهة أحمر.
- بعض من أوراق الزبد.

طريقة التحضير:

- يخفق بياض البيض مع الفانيليا أو عصير الليمون.
- يضاف السكر تدريجياً حتى يصير الخليط قوي ومتماسك.
- يوضع ورق الزبد في الطاجن.
- يؤخذ مقدار من الخليط بواسطة ملعقة ويوضع في قمع ويخرج على شكل وردة.
- يوضع في الفرن على نار هادئة لمدة 45 دقيقة.
- يترك في الفرن حتى يبرد.
- يغمس أحد أطرافه في الشيكولاته.
- يتم وضعه في وعاء محكم الغطاء ويقدم بارداً مع أحد المشروبات.



الحلويات اللبينة

• يضاف الفانيليا أو البيض.

• يعجن الدقيق والبيكنج بودر.

• يوضع العجين في قالب خاصة لعمل السلة.

• تحشى بالمكسرات.

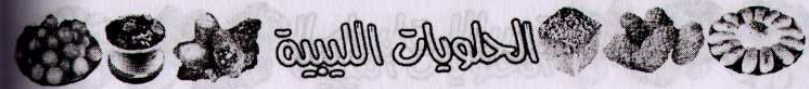
• توضع بعد ذلك في الورق الخاص بها وتوضع في الفرن حتى تخبز ويمكن حشوها بالمربي وتوضع عليها الشيكولاتة أو الكريم شانتي وعليها أي نوع من الفاكهة والكريز. ويمكن عمل حلوى السلة في طاجن واحد ويتم حشوها بالكستردة.

• إذا كانت الحلوى بدون حشو يتم تخريمها بالشوكة قبل النضوج.



الحلويات اللبينة

- توضع في صاج مدهون بالزيت متباعدة وتوضع في الفرن، وبعد تمام نضجه يخرج ليبرد ويتم إذابة الشيكولاته الخام.
- تغرف الشيكولاته البيضاء بملعقة وتوضع في الورقة الخاصة بذلك ويوضع البسكويت فوقها.
- توضع ملعقتين من الشيكولاته البنية ويتم تخطيطها بواسطة الشيكولاته البيضاء الخام. ويتم وضعه في الثلاجة ويقدم مع أي مشروب.



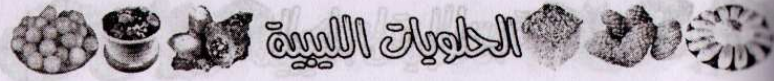
بسكويت عين الصقر

المقادير:

- ½ كوب من السكر الناعم.
- كوب من الزيت.
- ملعقتين صغيرتين من الفانيليا.
- ملعقة صغيرة من البيكنج بودر.
- ملعقة صغيرة من لون أصفر - يفضل الليمون -.
- ملعقتين من نكهة الأناناس.
- 4 أكواب من البندق المحمص المبشور.
- مقدار من الشيكولاته الخام وأوراق لوضع الشيكولاته
- مقدار من الشيكولاته البيضاء.

طريقة التحضير:

- يتم خلط الزبد والسكر والزيت وماء الورد.
- يضاف البيض والنكهة واللون الأصفر.
- يعجن الدقيق والفانيليا والبيكنج بودر.
- يلف العجين حول البندق وتجعل العجينة في حجم البندق.



الحلويات اللذيذة

• يترك ليبرد ثم يغمس في الشيكولاته الخضراء ويتم وضع الكريز الأحمر من أعلى.

المقادير:

• توزع الحلوى الفضية على الجوانب.

طريقة عمل الحلوى اللذيذة: ****

• يخلط الدقيق والسكر والملح والبيكنج بودر والفانيليا خلطاً جيداً.

• تفرك اليد ويصنع شكله من عجينة سميكة ويأخذ كمية

الزيت وتعجن في العجينة اللينة فيصنع شكله ثم يقطع العجينة

بالبسطة.

• يتم تقطيع العجينة وتتركها لتبرد.

• تقطع العجينة قطعاً صغيرة وتطبخ في الفرن في العجينة

الخاصة بتقطيع البسطة وتقطع حتى تصبح رقيقة

تلف ثلاث لفات وتغمس مثل القلادة.

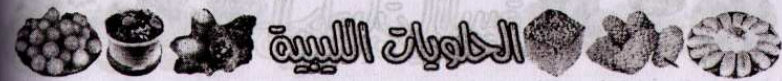
• توضع في الفرن للفرن وتصفى نهياً مع 1/4

بعد أن تصبح يتم تزيينها مع الكريز الأحمر.

• تلتصق تزيينها نهياً مع الكريز الأحمر.

المقادير:

المقادير: 4 بيضات، 4 بيضات.



الحلويات اللذيذة

بسكويت بالشيكولاته الخضراء

المقادير:

- 1 كجم ونصف من الدقيق.

- 4 أكواب من الزبد أو السمن.

- 1/2 كوب من السكر الناعم.

- 1/2 طاسة من شاهي ماء الورد.

- كوب مليء بالنشا.

- كوب من الفستق المحمص.

- 2 كوب من الكورن فيلكس.

- مقدار مناسب من الشيكولاته والكريز والحلوى

الفضية، و 4 بيضات.

طريقة التحضير:

• يخلط السكر مع الزبدة والبيض والفانيليا وماء الورد.

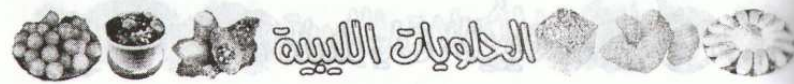
• يعجن الدقيق والنشا والبيكنج بودر.

• يبشر البسكويت بالمبشرة ويؤخذ مقدار من الكورن

فيلكس والفستق مع العجينة المبشورة ويتم تشكيله على هيئة

هرم.

• يوضع في الفرن حتى ينضج.



الحلويات اللذيذة

• يضاف جوز الهند والبسكويت والسكر وتطحن هذه المقادير طحناً جيداً.

• يعجن الزبد ونصف مقدار الزيت والمقادير السابقة.

طريقة تحضير الحلوى:

• يخلط الدقيق والسكر والملح والبيكنج بودر والفانيليا خلطاً جيداً.

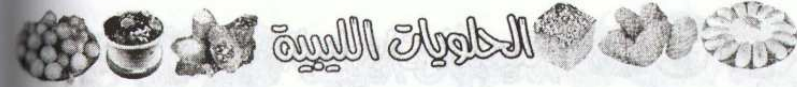
• تفرك باليد ويضاف كوب من الزبد عليها وباقي كمية الزيت وتعجن في الماء وماء الورد حتى تصبح العجينة يابسة.

• يتم تقريص العجينة وتترك لمدة ¼ ساعة.

• تقطع العجينة على هيئة مستطيلات وتوضع في الماكينة الخاصة بتقطيع البسكويت وتقطع على شكل قطع رفيعة تلف ثلاث لفات وتقص مثل البقلاوة.

• توضع في الفرن لتخبز.

• بعد أن تتضج يتم تزيينها بالشيكولاته.



الحلويات اللذيذة

حلوى المكسرات

المقادير:

- 1 كجم ونصف دقيق.

- 3 ملاعق من البيكنج بودر.

- 3 بيضات.

- 3 أكواب من الزبد.

- كوب ونصف من الزيت.

- ملعقة ونصف من الفانيليا.

- ½ كوب من السكر الناعم.

- 2 كوب من النشا.

- مقدار من الماء وماء الورد.

- ذرة ملح.

مقادير الحشو:

- 411 كجم من الفستق واللوز.

- 3 أكواب من جوز الهند.

- باكو ونصف من البسكويت السادة.

طريقة تحضير الحشو:

• تطحن المكسرات في الخلاط.



المأكولات اللبينة

مواد غذائية هامة للجسم

1- البروتينات.

تعتبر من أهم العناصر الغذائية الهامة والضرورية لجسم الإنسان، تلك المواد تدخل في بناء الأنسجة الحية في الجسم. وأثناء مراحل النمو تزداد أهمية تلك المواد، وأيضاً هناك حالات يجب أن يحتوي فيها الغذاء علي المواد البروتينية مثل حالة الحمل. وتلك المواد تكون في أغذية معينة مثل: [الأسمك - اللحوم الحمراء - الكلاوي - الكبد - البيض - الفول - البقوليات باختلاف أنواعها].

2- الفيتامينات.

وهي تعتبر أيضاً من العناصر اللازمة لإجراء عملية التمثيل الغذائي وهذه الفيتامينات تساعد في الوقاية من الإصابة بالعشي الليلي والحفاظ أيضاً علي الأغشية المخاطية، وكذلك جدران الأوعية الدموية، وكذلك تساعد تلك المواد في المساعدة في نمو العظام، وتتوفر تلك المواد في: [الفواكه الطازجة - الخضروات - اللبن - البيض - الأسمك - البقول].

3- المواد الكربوهيدراتية (السكريات - النشويات).

تلك المواد تعمل علي توفير الطاقة الحرارية اللازمة للحركة والنشاط، وهذه المواد توجد بوفرة في الخبز، والأرز، والبطاطس، والمكرون.



شيكولاته الفورميسول

المقادير:

- 2 كوب من السكر.
- كوب مليء بالماء.
- كوب من السمن أو الزبد.
- 2 كوب من الدقيق.
- 2 كوب من المكسرات المهروسة.
- 2 كوب من الشيكولاته.
- كوب صغير من اللوز.
- مقدار من الفانيليا وماء الورد والقليل من العسل.

طريقة التحضير:

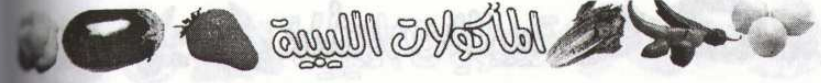
- يخلط الدقيق مع المكسرات والفانيليا وتعجن بالعسل.
- توضع في الفرن حتى تتضج ثم تخرج وتترك لتبرد.
- بعد أن تبرد تغمس في شيكولاتة الفورميسول.
- توضع في الثلاجة بعد ذلك لتتجمد.
- يتم لفها في ورق الحلويات وتصبح جاهزة للتقديم.



الماكولات اللبينة الشهية

إلى كل ربان الثيبون:

- هناك بعض الإرشادات التي يجب أن تعلمها كل ربة بيت قبل أن تدخل إلى عالم الطبخ، ويجب أن تتعرف عليها وذلك حتى تحصل على أكالات جيدة ممتازة ترضي أذواق أسرتها، والأهم بالطبع زوجها.
- هناك بعض الأخطاء التي تقع فيها الكثير من السيدات قبيل إجراء عملية الطبخ، وهذه الأخطاء تؤدي في غالب الأحيان إلى فقد جزء كبير من قيمة الغذاء مثل:
- نقع الخضروات واللحوم في الماء قبل الطهي مباشرة وهذا يجعلها تفقد جزء من قيمتها الغذائية ولذلك يفضل عدم نقعها إلا عند الضرورة القصوى.
- يراعي القيام بغسل الخضروات والفاكهة قبل القيام بتقطيعها وذلك لتقليل المفقود من الفيتامينات والأملاح.
- يراعي عدم القيام بتقطيع الخضروات لقطع صغيرة عند القيام بعمل السلطات مثلاً، وذلك لأن هذا يؤدي إلى تعريض جزء كبير منها لعوامل الجو والأتربة، وهكذا تفقد الفيتامينات الهامة مثل فيتامين (ج).
- يراعي أيضاً عدم إضافة كربونات الصوديوم للخضروات خضراء اللون أثناء عملية الطهي حتى تحتفظ بلونها الأخضر، حيث أن الفيتامينات تموت إذا أضيف إليها



4- المواد الدهنية.

تلك المواد تؤدي إلى إنتاج الطاقة والحرارة، وتلك المواد تعتبر من أكثر مصادر الغذاء التي تمد الجسم بالطاقة، وهذه المواد تتوفر في السمن والقشدة والزبدة والخس وزيت الذرة وزيت عباد الشمس.

5- الأملاح المعدنية.

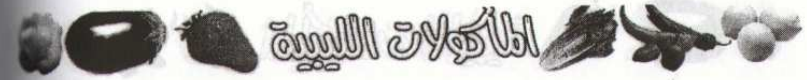
وبالإضافة لأنواع الغذاء السالف ذكرها توجد الأملاح المعدنية والتي تدخل بصورة كبيرة في بناء وتركيب أنسجة الجسم والعظام أيضاً.

وأهم هذه العناصر هي [الفسفور - الكالسيوم - الحديد - الماغنسيوم - البوتاسيوم - واليود].

وهذه العناصر توجد في أنواع معينة من الأطعمة مثل [اللحوم - الفول - الحبوب (الذرة - القمح) - الخضروات (السبانخ - البصل - الجرجير - الكرنب)].

وهذه هي أهم العناصر الغذائية التي يجب أن تحتوي عليه الوجبات اليومية لأفراد الأسرة، وبالإضافة إلى تلك العناصر الغذائية هناك بعض السوائل الهامة والمفيدة جداً لصحة الجسم وهذه السوائل مثل [الشوربة - العصائر]، وغيرها من السوائل الأخرى بالإضافة إلى الماء.

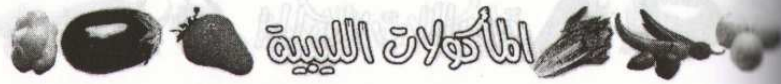
والإنسان يحتاج إلى حوالي ما يقرب من 3 إلى 4 لترات من الماء أو السوائل بشكل عام يومياً، حيث أن جسم الإنسان يحتوي على أكثر من 56 إلى 70% من وزنه ماء.



المأكولات اللذيذة

مواد ذات تأثير قلوي، وإذا أضيفت يراعي رفع الغطاء في حالة الطهي حتى لا يضيع اللون الأخضر.

- لا يجب ترك الخضروات عرضة للهواء بعد عملية تجهيزها، بل يجب أن تقدم للأكل مباشرة أو تغطيتها ووضعها في مكان بارد حتى لا تتعرض للفساد لحين استعمالها.
- هناك عادة تقوم بها تقريباً كل ربوات البيوت وهي عملية التقليب أثناء الطهي هذا خطأ ويراعي ألا يتم التقليب بكثرة وذلك حتى لا تفقد الطبخة قيمتها الغذائية.



المأكولات اللذيذة

سيدي ربة البيت إليك تلك النصائح

بالنسبة للأطعمة المحفوظة، ليكن طعامك دائماً طازجاً ويراعي عدم الإقبال علي تلك الأطعمة المحفوظة.
ومن الخطأ تناول الأطعمة المبسترة، لأنها تتم في درجة حرارة أعلى من 51 درجة مئوية، وبالتالي فهي تفقد بعض الإنزيمات والفيتامينات الموجودة في الطعام، وهي مفيدة لصحة الجسم، وهذا قد يؤدي إلي وجود صعوبة في عملية الهضم.

بالنسبة للأطعمة المتلجة.

ينصح عادة بتناول الأطعمة المتلجة مثل الأيس كريم وغيرها وذلك بعد العمليات الجراحية لأنها تساعد في عملية تخدير الفم.

أخطار تناول المتلجات.

يحذر من تناول المتلجات قبل الطعام أو بعد السير الطويل تحت السعة الشمس، فهذا يؤدي إلي إصابة أغشية المعدة بالالتهاب والتقرح والإغماء وذلك بسبب حدوث إحتقان للمعدة.

كذلك فتلك الأطعمة سريعة التلوث، فهي تتعرض للأمراض الجرثومية، وتسبب أحياناً الإصابة بالدوسنتاريا والتيفود.

يجب التقليل من تناول المياه الغازية لأنها تؤدي إلي حدوث عسر الهضم، وهذا يكون له أثر بالغ علي المصابين بأمراض القلب والكلي وارتفاع ضغط الدم.



المأكولات اللذيذة

- أخطار تناول المشهيات.

عزيزتي ربة البيت يجب أن تراعي بعض الأشياء الهامة للحفاظ علي صحتك ومنها الشعور بحالة الشبع، فحين تشعرين بالشبع أو عدم الرغبة في الطعام أو كان ذلك لرأي فرد من أفراد أسرتك فهذا يؤدي إلي حدوث ضرر بالغ في الإصابة بالتهاب المعدة وإحتقان في الكبد والإصابة بحرق في البول والإصابة بالبواسير. وهناك بعض المشهيات المفيدة والتي يمكن تناولها كفاتح للشهية وهي مثل: (المخللات - الليمون - الخل).

ولكن يجب أن تكون تلك المشهيات مرتبطة بطبق هام جداً علي المائدة وهي السلطة وكذلك يفضل المشهيات النباتية مثل البقدونس والبصل والثوم والطماطم.

- أخطار تناول الأطعمة المقلية.

الأطعمة المقلية لها فائدة عالية وهامة جداً وهناك الكثير من الأسر تفضل تناول تلك الأطعمة، ولكن الأطعمة المقلية من الممكن أن يكون لها أثر سيء من الناحية الصحية، وذلك لأن الطعام في بعض الأحيان قد يصبح عسير الهضم، وذلك لأن الدهن أو الزيت المغلي يتحول إلي مادة تؤدي إلي تعب الكبد وتصيب الشرايين بالضييق والتصلب، وبالتالي يحدث إضطراب في سريان الدم، وتؤدي إلي حدوث أفات تصيب القلب.



المأكولات اللذيذة

والحل هو أن يتم تصفية الطعام المقلي جيداً فور خروجها للتخلص من الزيوت، ويجب تغيير الزيت المستخدم في القلي باستمرار.

- أخطار تناول الأسماك.

من الممكن أن تصاب الأسماك بالعطب أو التلف وذلك لأسباب كثيرة منها التعرض للحرارة المرتفعة أو بقاؤها فترة طويلة خارج التلاجة.

وقد يحدث فساد الأسماك قبل أن تقومين بشرائها وقد يصعب التعرف علي أنواع الأسماك الفاسدة من الطازجة، وللأسف فإن السمك من أسرع المواد الغذائية فساداً، وهناك مواصفات للأسماك كي تتأكد ربة بيت من أنها طازجة وهي.

- أن يكون اللحم الخاص بالسلمة مشدوداً أو مرناً في أن واحد، وعند الضغط عليه لا بد وأن يعود سريعاً إلي حيث وضعه الأصلي وذلك دون أن تترك أي أثار، كذلك فالسلمة إذا كانت طازجة فسوف يصعب إنسلاخ لحمه من عظمه بسهولة.
- ومن حيث الرائحة فإن الأسماك الطازجة ليس لها رائحة نفاذة أو منفرة، فيجب أن تكون الرائحة مشابهة ومماثلة لرائحة مياه البحر.
- ومن حيث الخياشيم فيجب أن يكون لونها مائلاً إلي الإحمرار (الإحمرار الوردي)، وسيكون لونها رمادياً عندما تفسد.



نصائح هامة تفيدك

هناك بعض النصائح الهامة التي تفيدك كربة بيت وهي تضمن لك الحصول علي أكالات كما تريدين وبأطعمة ذات مذاق جميل وبطرق سهلة.

- 1- بالنسبة للحوم فإذا قمت بإخراج لحم من الفريزر وتحول الثلج الذي كان حوله إلي ماء لا يجب إدخالها فريزر الثلجة مرة أخرى.
- 2- ويفضل التقليل من فتح الثلجة، وذلك لأن عند فتحها يتم حدوث صدام بين كل من الهواء الساخن والبارد داخل الثلجة مما يؤدي إلي فساد الطعم.
- 3- يجب ألا تزيد فترة تواجد الطعام وحفظه داخل الثلجة مدة طويلة أكثر من المدة المحددة له، فكل نوع من الأطعمة له مدة معينة ينبغي ألا يوضع بعدها في الثلجة.
- 4- بالنسبة للبانديجان، لا تقومي بنقع البانديجان في الماء وذلك حتى لا تقومي باستهلاك الكثير من الزيت أثناء عملية التحضير.
- 5- بالنسبة للثوم، لكي تقومي بإزالة رائحة الثوم من الفم قومي بعمل مضمضة بسائل النعناع أو بماء الورد.
- 6- بالنسبة للفاصوليا، لكي تحصلين علي فاصوليا مكمورة بالصلصة لها قوام مناسب، قومي بإضافة ملعقة من الدقيق عندما توشك الفاصوليا علي النضج ثم قومي بتقليبه جيداً.



- ومن حيث العيون فيجب أن تكون تلك العيون واضحة وبراقة ولا تظهر عليها الغيوم أو أن تكون متقعرة إلي الداخل.
- ومن حيث الجلد يجب أن يكون الجلد مشدوداً وناصعاً وبارق وهذه هي الشرط الواجب توافرها للحصول علي أسماك طازجة.



13- حتى تحتفظ البطاطا بالماء الذي تحتوي عليه، عليك بالقيام بتطبيعها بالطول وليس بالعرض، وإذا تم سلقها علي البخار فستحتفظ بمعظم ما تحتوي عليه من مواد غذائية وفيتامينات خاصة فيتامين (ج)، وإذا تم سلقها بالماء بقشرها أي دون نزع القشرة فستفقد ما يعادل 9 أو 10% من فيتامين (ج)، وإذا سلقت بعد تقشيرها فستفقد ما يعادل من 23 إلى 25% من هذا الفيتامين.

14- رائحة البصل في بعض الأحيان يمكن أن تسبب الشعور بالاضيق خاصة إذا كانت تلك الرائحة نفاذة، ولتجنب تلك الرائحة يمكن أن يتم وضع البصل في أحد الأدراج الموجودة تحت الفريزر في الثلاجة ثم يتم تقطيعها من أسفل وليس من الرأس.

15- ويمكن التخلص من كميات الملح الزائدة في الخضار أثناء الطهي وذلك بوضع قطعة من البطاطا في وعاء الطهي فهي تساعد علي امتصاص الملح الزائد.

16- في بعض الأحيان يكون السبب في عدم تناول الحساء (الشوربة) هو أنها تحتوي علي كمية كبيرة من المواد الدسمة مثل الدهون وغيرها، وتلك المواد قد تجعلها غير مقبولة من قبل الكثير من الناس خاصة كبار السن، وللتخلص من دسامتها، يمكن لربة البيت أن تقوم بتجميد ذلك الحساء في الثلاجة ثم تقوم بعد ذلك بعمل نزع للطبقة المتماسكة الموجودة علي السطح، وهذا سيجعل الحساء (الشوربة) خفيفاً عند تناوله.



7- حتى لا تعاني من حدوث تناثر للزيت أو السمن أثناء التحمير، يجب إضافة القليل من الملح إلي الزيت.

8- للحصول علي الفاصوليا الخضراء بمذاق لذيذ قومي بإضافة مقدار ملعقة من الزيت أثناء النضج.

9- للإحتفاظ بلون القرنبيط أبيضاً قومي بإضافة مقدار ملعقة من اللبن إلي ماء سلق القرنبيط وذلك حتى يظل لونه أبيض ولا يميل للاصفرار.

10- حتى تحفظي لون الأرز أبيضاً قومي بإضافة قطرات من الليمون أو الخل الأبيض وذلك أثناء نضج الأرز بعد غليان الماء بفترة لا تزيد عن خمس دقائق وذلك سوف يساعد علي إكسابه اللون الأبيض كما سوف يساعد علي تفريط حباته.

11- هناك الكثير من الأسر تعاني من تلف السلطة الخضراء بمرور الوقت، وهذا قد يعود إلي عدم الاعتناء بمكونات السلطة، وللحصول علي خضروات السلطة طازجة لأطول وقت ممكن عليك غسل الخضروات التي تحتوي علي الأوراق الخضراء جيداً، ثم تلف بعد ذلك داخل ورقة جريدة مبللة، ثم يتم وضعها في الثلاجة، وفي نفس الشيء بالنسبة لكل من البقدونس، الخس، وأي شيء آخر.

12- للحصول علي بطاطا مسلوقة في حالة جيدة لأطول فترة ممكنة يمكن إضافة بعض الخل لها وذلك أثناء السلق، وستجدين أنها لازالت جيدة.



عند وضع الأطعمة سواء كانت من الخضروات أو الفاكهة في الثلاجة للحفاظ عليها يجب أن يتم تغليفها جيداً وخاصة اللحوم أو الأسماك أو الدواجن، ويجب أن يتم تغليفها جيداً في أكياس من البلاستيك، ويجب أن تكون خالية تماماً من الهواء وذلك لتقليل أي فاقد من فيتامين (ج).

يجب ألا تترك الأطعمة للانصهار الكامل في الماء، وذلك للاحتفاظ بالقيمة الغذائية المتبقية في الغذاء المجمد، حيث أنها بعد خروجها من الفريزر، وقبل أن تطهى قد يفصل البروتين الذائب في الماء. يجب مراعاة عدم تخزين الطعام أكثر من مرة وذلك بإخراجه من الفريزر ثم يتم إعادته مرة أخرى، وهذا يؤدي إلي زيادة في تكاثر ونمو الميكروبات والجراثيم والتي تؤدي إلي فساد الطعام. كذلك فيجب ألا تزيد مدة التخزين عن شهر ونصف أو شهرين تحت درجة 5 درجة مئوية، وأيضاً يراعى عدم سلق الخضروات قبل تجميدها لكي لا تفقد القيمة الغذائية الخاصة بها.

كيفية الاحتفاظ باللحوم.

من أهم الأطعمة التي يجب الاحتفاظ بها هي اللحوم لأن معظم الأكلات التي تقوم ربة البيت بعملها تحتوي علي اللحوم، وقبل أن نعرف كيفية الاحتفاظ باللحوم، يجب أن نعلم كيفية اختيارها، إذ يجب أن نتحقق كل ربة بيت من بعض الأشياء عندما ترغب في شراء اللحم.



كيفية إعداد البهاران

يمكنك إعداد البهارات بنفسك والتي لا غني عنها بالنسبة لأي أكل تقومين بعملها، وذلك بعمل الآتي.

المقادير:

- 1- ملعقة كبيرة من الفلفل الأسود.
- 2- ملعقة صغيرة من القرفة.
- 3- ملعقة صغيرة من الزنجبيل.
- 4- ¼ ملعقة صغيرة من القرنفل.
- 5- ملعقة صغيرة من الملح.

طريقة التحضير:

- 1- نقوم أولاً بطحن المقادير السابق ذكرها معاً جيداً.
- 2- ننخل تلك المقادير بمنخل ناعم، وذلك إذا استدعي الأمر لنخلها.
- 3- يتم حفظ تلك المقادير بعد نخلها في زجاجات صغيرة ويجب أن يحكم إغلاقها جيداً ويتم حفظها في الفريزر وذلك حتى تبقى طازجة دائماً.

4- يؤخذ منها عند الحاجة.

كيفية الاحتفاظ بالأطعمة طازجة في الثلاجة.

من أهم الأجهزة الكهربائية في البيت ولها أهمية كبيرة، وتتخلص في حفظها للأطعمة والأغذية، ويجب أن تدرك كل ربة منزل كيفية الحفاظ علي طعامها داخل الثلاجة.



المأكولات الليبية

وأول شيء هو لون اللحم، فلون اللحم يجب أن يكون أحمر وأن يكون الدهن قليل وأبيض ناصع البياض.

ثاني شيء هو ألا يكون اللحم متغير لونه إلي الصفرة أو شبه اللون الأصفر.

ثالث شيء هو أن يكون ذلك اللحم خالياً من الألياف بمعنى أنه يجب أن يكون صلباً، وكذلك لا بد وأن تكون الرائحة مقبولة تدل علي أن ذلك اللحم طازج.

وبعد اختيار اللحم يجب أن نعلم كيفية الحفاظ علي ما بها من قيمة غذائية، في بعض الأحيان تتعرض اللحوم لفقد ما بها من بروتينات و مواد غذائية وذلك من الممكن أن يحدث أثناء التجميد والذي يعد أحد طرق حفظ الأغذية، ولكي لا يحدث ذلك الفقد يجب مراعاة الأتي.

أولاً: القيام بغسل قطع اللحم غسلاً جيداً قبل القيام بالتجميد.
ثانياً: يجب أن توضع اللحمة داخل كيس بلاستيك داخل الفريزر، وعند إخراجها من الفريزر يجب إخراجها من الكيس البلاستيك.

ثالثاً: يجب وضع قطعة اللحم المجمدة في إناء خال من الماء، ويتم وضعها في الرف السفلي داخل الثلاجة.

رابعاً: قد يظهر حائل حمراً وردي اللون حول اللحم، وهم يظنون أن هذا السائل هو دم فاسد، ولكنه ليس كذلك، بل هو البروتين، ويمكن استخدام هذا السائل مع اللحم في عملية الطهي وهذا يؤدي إلي الحفاظ علي قيمة اللحم الغذائية.



المأكولات الليبية

كيفية طهي اللحوم.

هناك طريقتان تستخدمهما ربات البيوت في عملية طهي اللحوم وهي الشوي والشوي.

والقلي يعتبر من الطرق التي تعرض اللحوم لفقد الكثير من قيمتها الغذائية، ويعتبر الشوي أفضل من القلي، فاللحم المشوي خفيف علي المعدة، بالإضافة إلي أن عملية الشوي تساعد علي حدوث تبخر للكثير من الماء المخزون في اللحم الطازج، وبذلك تجعله مغذياً وسريع الهضم، كذلك فهي تساعد علي الحفاظ علي مكوناته الغذائية.

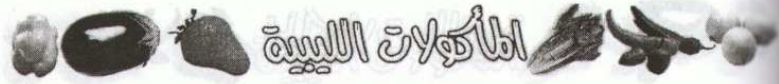
وعند القيام بعملية الشوي يجب مراعاة ما يلي:

- 1- يجب تقطيع اللحم إلي قطع صغيرة ورقيقة.
- 2- يجب القيام بدهان القطع المراد شيها بزيت الزيتون.
- 3- يجب إشعال الفرن أو الفحم إذا كانت ستشوي علي الفحم قبل وضع اللحم بفترة وجيزة (خمس دقائق مثلاً).
- 4- ضرورة الانتباه إلي تخفيف النيران في الوقت المناسب حتى لا يؤدي إلي تفحم اللحم.

5- يرجى أيضاً تجنب تمليح اللحم إلا بعد شيه حتى لا يمتص الملح الماء المذاب الذي فيه أهم عناصر الغذاء.

طرق حفظ الخضروات.

هناك الكثير من الخضروات الهامة التي تستخدم كثيراً في الأكلات والتي يجب الاحتفاظ بقيمتها الغذائية.



المأكولات اليبسية

طرق عمل الحساء حساء الخضار

المقادير

- نصف دجاجة منظفة ومقطعة قطعاً صغيرة.
- كوب من حبوب البازيلاء الطازجة.
- كوب جزر مقطع إلى مكعبات صغيرة.
- كوب بطاطس مقطعة إلى مكعبات صغيرة.
- كوب كوسا مقطعة إلى مكعبات صغيرة.
- نصف كوب بقدونس مفرومة فرماً ناعماً.
- بصلة متوسطة ومقشرة.
- نصف كوب فصوليا مقطعة إلى قطع صغيرة.
- كيلو طماطم طازجة، مقشرة ومفرومة فرماً ناعماً.
- نصف ملعقة طعام ملح. وربع ملعقة صغيرة فلفل أسود.
- ربع كوب أرز مصري.
- ملعقتان طعام سمن.
- ماء لسلق الدجاج.

الطريقة

- يحمر الدجاج بالسمن.
- أضيفي إلى الدجاج البصلة والبهارات والملح والماء وارفعي الأناء علي النار لمدة ساعة.
- أضيفي الخضار والأرز إلى المرق مع ترك الأناء مغطى على نار متوسطة لمدة نصف ساعة أو حتى ينضج الخضار.
- أضيفي البقدونس ثم ارفعي القدر عن النار.
- قدمي الحساء ساخناً مع الخبز المحمص، وبالهناء والصحة.



المأكولات اليبسية

البامية:

- 1- يتم تقطيع البامية بالطريقة المعتادة كما هو متعرف عليها.
- 2- يتم غليها في الماء مع الملح ثم تنشر وتبرد.
- 3- يتم تعبأتها في أكياس وتحفظ في الفريزر.

الفاصوليا:

- 1- يتم تقطيع الفاصوليا ثم يتم تنظيفها.
- 2- توضع الفاصوليا في الماء وتسلق.
- 3- ترفع الفاصوليا من الماء ثم تبرد، وتوضع في أكياس فكل كيس يجب أن توضع فيه معدل طبخة واحدة في كل كيس.
- 4- يتم حفظ الأكياس الأخرى التي لم تستعمل في الفريزر.

البسلة:

- 1- تفحص البسلة وتفرد ثم تغسل جيداً بالماء.
- 2- يتم وضعها في إناء به ماء لتغلي.
- 3- بعد غليانها يتم رفعها من الماء وتترك لتبرد ثم يتم تعبأتها في أكياس وتحفظ في الفريزر.

القلقاس:

- 1- يتم غسل القشرة الخارجية للقلقاس غسلًا جيداً ثم تترك لتجف تماماً.
- 2- يتم تقشير القلقاس ثم يتم تقطيعها ويتم عصر ليمونة أو أكثر عليها ويفضل أن يكون عصير الليمون بكثرة.
- 3- يتم تعبأتها في أكياس وتوضع داخل الفريزر.



حساء السبانخ مع أقراص الكبة

المقادير

- ملعقة طعام أرز.
- ملعقتان طعام كزبرة خضراء مفرومة.
- ملعقة صغيرة ملح. وبهارات مطحون.
- بصلة متوسطة ومقشرة ومفرومة فرماً ناعماً.
- 4 فصوص ثوم مهروسة مع قليل من الملح.
- ملعقتان طعام سمن. ربع كيلو سبانخ منظفة ومفرومة.
- ستة أكواب مرق لحم.
- عشرة أقراص كبة مشمعة بالفرن لمدة 10 دقائق.

الطريقة

- اغسلي السبانخ عدة مرات.
- ضعي السمن في مقلاة على نار معتدلة الحرارة.
- قلبلي البصل حتى يصبح لونه ذهبياً ثم أضيفي السبانخ وقلبيها قليلاً. ثم أضيفي الماء إلى الإناء وأضيفي إليها التوابل.
- ضعي الإناء على النار وحركي الحساء بين الحين والآخر حتى يغلي.
- أضيفي الأرز واتركي الحساء على النار لمدة ساعة.
- قلبلي الثوم والكزبرة بالسمن لمدة 5 دقائق، ثم أضيفيهما إلى الحساء.
- أضيفي السبانخ وأقراص الكبة المشمعة إلى الحساء.
- اتركي الخليط على النار لمدة 5 دقائق أخرى ثم ارفعيه عن النار وقدميها ساخنة، وبالهناء والصحة.



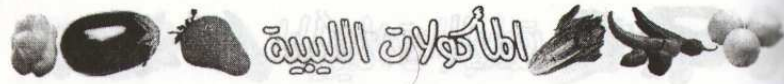
حساء الأرز باللحم

المقادير

- نصف ملعقة صغيرة ملح وبهارات.
- 3 ملاعق طعام بقدونس مفروم فرماً ناعماً.
- نصف كوب أرز.
- نصف ملعقة صغيرة حب هال مقشر ومطحون.
- 6 أكواب شوربة اللحم.
- كوب لحم مفروم فرماً ناعماً.

الطريقة

- ضعي حساء اللحم في أناء كبير على النار حتى تبدأ بالغلجان.
- اخلطي اللحم المدقوق مع الملح والبهارات وملعقتي طعام من البقدونس المفروم.
- اصنعي أقراصاً صغيرة من خليط اللحم لتقلي في الزيت النباتي حتى تحمر ثم ارفعيها من الزيت وصففيها وضعيها جانباً.
- أضيفي الأرز إلى الحساء في الأثناء واتركيه على نار هادئة لمدة نصف ساعة أو حتى ينضج الأرز.
- أضيفي حب الهال المطحون وملعقة البقدونس الباقية وحركي الحساء جيداً.
- بعدها ارفعي الحساء عن النار، وأضيفي إليها أقراص اللحم المقلىة وقدميها ساخنة، وبالهناء والصحة.



المأكولات اللذيذة

حساء السمك

المقادير

- كيلو فيليه سمك.
- نصف كوب بصل مفروم.
- ثمان أكواب ماء. مع نصف كوب أرز.
- ليمونة حامضة.
- ملح وبهارات حلو.
- ملعقة طعام بقدرونس مفروم.

الطريقة

- اغسلي السمك وادعكيه بالليمون والدقيق ثم اغسليه ثانية. ثم قطعيه إلى مكعبات كبيرة.
- حمري البصل بقليل من الزيت النباتي ثم أضيفي قطع السمك وقلبيه.
- أضيفي الملح والبهار إلى السمك ثم أضيفي الماء واتركيه يغلي على النار لمدة 10 دقائق.
- اغسلي الأرز وصفيه ثم أضيفيه إلى السمك واتركيه يغلي لمدة 15 ربع ساعة.
- أضيفي البقدونس إلى الحساء وقدميها ساخنة ، وبالهناء والصحة .



المأكولات اللذيذة

حساء الطماطم

المقادير

- نصف كيلو من اللحم الهبرة المفرومة.
- نصف كوب شعيرية.
- نصف كيلو طماطم طازجة حمراء، مقشرة ومعضورة.
- ملعقتان طعام سمن.
- ملعقة صغيرة ملح.
- نصف ملعقة صغيرة فلفل مطحون.
- 4 أكواب ماء. ونصف كوب بقدرونس مفرومة.

الطريقة

- اخلطي اللحم مع نصف كمية التوابل ثم قسميه إلى كرات صغيرة.
- حمري اللحم في اناء بقليل من السمن لمدة 5 دقائق أو حتى يحمر.
- أضيفي عصير الطماطم والماء إلى اللحم مع بقية التوابل واتركي المزيج على نار متوسطة حتى يغلي لمدة نصف ساعة.
- أضيفي الشعيرية إلى المزيج واتركيه يغلي على نار هادئة لمدة ربع ساعة.
- أضيفي البقدونس وإغلي المزيج لمدة دقيقة.
- قدمي الحساء ساخناً ، وبالهناء والصحة .



سلطة الطحينة بالبادنجان (البابا غنوج)

المقادير:

- ¼ كوب من الطحينة البيضاء.
- ملعقة صغيرة من الملح.
- ½ ملعقة صغيرة من الكمون.
- ½ كوب من عصير الليمون.
- ½ كوب من الخل.
- ½ كوب من الماء.
- بصلة متوسطة الحجم وذلك حسب الطهي.

طريقة التحضير:

- 1- نقوم بشواء الباذنجان والبصل في الفرن مع مراعاة التقليب من وقت لآخر حتى تطمئن من أن الباذنجان والبصل أصبح ليناً، ويمكن الاستعاضة عن الشواء بالقلي.
- 2- نقشر كل من الباذنجان والبصل.
- 3- نهرسهما جيداً، ويراعي استعمال ملعقة أو شوكة غير قابلة للصدأ حتى لا يتغير لون الباذنجان إلي السواد، يضاف إليه القليل من عصير الليمون.
- 4- يتم إضافة الباذنجان لسلطة الطحينة.
- 5- يتم تخفيفها بالماء أو باستعمال عصير الليمون.



طرق عمل السلطان سلطة الباذنجان

المقادير:

- 1- ½ ك جرام باذنجان غير منزوع القشر.
- 2- ½ فنجان صغير من عصير الليمون.
- 3- ½ فنجان صغير من الفلفل الحار.
- 4- ½ كوب من زيت الزيتون.
- 5- كمون + بقونس.
- 6- ¼ رأس من الثوم.

طريقة التحضير:

- 1- يتم تقطيع الباذنجان غير منزوع القشر إلي حلقات.
- 2- يرفع علي النار ليقلي في الزيت.
- 3- بعد رفعه من علي النار يتم هرسه جيداً.
- 4- يتم فرم كل من الثوم والفلفل الحار والبقونس.
- 5- ويضاف إليهم الكمون ثم يضاف الخليط إلي الباذنجان المهروس.
- 6- يتم إضافة عصير الليمون والقليل من زيت الزيتون.
- 7- وبعد ذلك يوضع في طبق التقديم ويتم تزيينه بالبقونس.



المأكولات اللذيذة

- 2- ملعقة من الفلفل والملح. **طريقة التحضير:**
 - 3- ¼ فنجان صغير من الخل.
 - 4- ½ ملعقة من الكراوية والفلفل الأخضر.
 - 5- 6 فصوص من الثوم.
- طريقة التحضير:**

- 1- نضع الطماطم والفلفل الأخضر والثوم جميعاً علي الشواية وذلك حتى يتم الشواء.
- 2- ننزع القشرة الخارجية للطماطم ونقوم بهرسها هرساً جيداً.
- 3- نفرم كل من الثوم والفلفل الأخضر والكراوية والملح.
- 4- نضع كل المكونات علي الخليط ويقلب تقليباً جيداً ويضاف زيت الزيتون والملح والخل.
- 5- حينئذ يكون جاهز ويوضع في طبق التقديم.

سلطة الشرمولة

المقادير:

- 1- ¼ كيلو من الطماطم الجامدة والطازجة.
- 2- بصلة متوسطة الحجم.
- 3- ¼ كيلو من الخيار الطازج المتوسط الحجم.
- 4- ملعقة صغيرة من زيت الزيتون.
- 5- ملعقة صغيرة من الملح والخل.



المأكولات اللذيذة

- 6- وفي النهاية تكون جاهزة وتوضع السلطة، ويمكن وضع القليل من البقدونس علي السطح للتجميل.

البابا غنوج بالطحينة والزبادي

- 1- ¼ كيلو باذنجان.
- 2- ½ كوب من الطحينة.
- 3- كوب متوسط من لبن الزبادي.
- 4- عدد 2 أو 3 فصوص من الثوم المدقوق دقاً ناعماً.
- 5- ¼ فنجان صغير من عصير الليمون.

طريقة التحضير:

- 1- يتم شواء الباذنجان ويتم نقشيريه ثم يهرس جيداً.
- 2- نضيف الطحينة إليه ثم نقلبه جيداً.
- 3- نضع عصير الليمون للتخفيف.
- 4- نضع اللبن الزبادي ثم يتم تقليب الخليط جيداً.
- 5- وعندئذ يكون جاهزاً للتقديم.

سلطة مشوية

المقادير:

- 1- ¼ كيلو طماطم.



سلطة املفوف والطماطم

المقادير

- نصف ملفوفة متوسطة الحجم.
- حبة طماطم متوسطة وتقطع إلى شرائح رقيقة.
- ربع كوب من زيت الزيتون.
- ربع كوب من عصير الليمون.
- فصا ثوم مهروسان.
- ملعقة صغيرة من الملح .

الطريقة

- انزعي أوراق الملفوفة، ثم اغسلي الأوراق و صفيها من الماء وإفرميها فرما ناعما.
- ضعي الثوم مع الملح والليمون والزيت في إناء واخلطيهم جيدا.
- امزجي الملفوف المفروم مع الخليط.
- ضعي السلطة في طبق التقديم مع تزيينها بشرائح الطماطم، وبالهناء والصحة .

سلطة اللبن بالخيار

المقادير

- نصف كيلو خيار مغسول ومقطع إلى شرائح رقيقة.
- ثلاثة أكواب لبن زبادي.
- كوب ماء.
- ثلاثة فصوص ثوم مهروسة،
- ملعقة صغيرة نعناع.



طريقة التحضير:

- 1- نفرم كل من البصل والخيار والفلفل.
- 2- يتم وضعها جميعاً في طبق عميق متسع.
- 3- نبشر الطماطم في مبشرة ثم توضع فوق الخليط مع إضافة كل من الملح والخل وزيت الزيتون.
- 4- توضع في الثلاجة حتى تتلج ثم توضع في طبق التقديم.

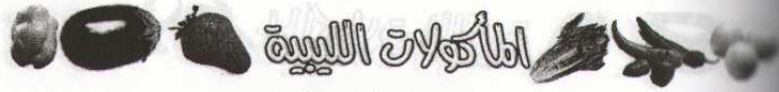
سلطة طماطم عادية

المقادير:

- 1- ½ كيلو من الطماطم الجامدة.
- 2- ملعقة صغيرة من البقدونس.
- 3- بصلة خضراء مبشورة.
- 4- ½ ملعقة صغيرة من الملح.
- 5- ملعقة كبيرة من الخل
- 6- 2 ملعقة كبيرة من الزيت.

طريقة التحضير:

- 1- نقطع الطماطم إلي حلقات رقيقة.
- 2- نرصها في طبق مسطح دائري.
- 3- نفرم البقدونس ثم يخلط مع كل من البصل والخل والملح والزيت خلطاً جيداً.
- 4- نرش الطماطم، وتوضع في طبق التقديم.



الفاكهة والخضروات اللذيذة

سلطة الزعتر الأخضر

المقادير

- حزمة زعتر خضراء طازجة.
- ملعقتا طعام زيت الزيتون.
- بصلة متوسطة مفرومة فرماً ناعماً.
- ربع كوب من عصير الليمون.
- ربع ملعقة صغيرة ملح.

الطريقة

- إنزعي أوراق الزعتر الخضراء فقط وقومي بغسلها جيداً ثم صفيها من الماء.
- امزجي البصل والليمون والزيت والملح ثم أضيفي هذا المزيج إلى الزعتر وامزجيهما جيداً.
- قومي بوضع السلطة في طبق التقديم وقدميها مع الطعام، وبالهناء والصحة.

سلطة الفطر

المقادير

- نصف كيلو من الفطر.
- كمية مناسبة من زيت الزيتون.
- ربع كوب بقدونس مفروم.
- فصان ثوم مهروسان مع قليل من الملح.



الفاكهة والخضروات اللذيذة

• ملعقة صغيرة ملح.

الطريقة

- امزجي اللبن الزبادي بالماء حتى يصبح المزيج قليل الكثافة.
- أضيفي إلى مزيج اللبن، قطع الخيار والثوم المهروس والملح والنعناع وقلبي المزيج جيداً.
- تقدم السلطة في أطباق التقديم باردة إلى جانب الطعام وبالهناء والصحة.

السلطة التونسية

المقادير

- حبتان طماطم متوسطتان مقشرتان ومفرومتان فرماً ناعماً.
- حبتا فليفلة حمراء ينزع منهما البذر وتفرما جيداً.
- حبتا خيار مفرومتان.
- عود بصل أخضر مفروم.
- ربع كوب زيت الزيتون.
- نصف كوب عصير ليمون.
- قليل من البهار الأبيض المطحون.
- كمية مناسبة من الملح.

الطريقة

- اخلطي جميع المكونات مع بعضها جيداً وضعيها في طبق التقديم بجانب أطباق الطعام، وبالهناء والصحة.



سلطة الفاصوليا البيضاء

المقادير

- كوبان فاصولياء بيضاء منقوعة ليلة كاملة.
- نصف كوب زيت الزيتون.
- نصف كوب بقدونس مفروم.
- ربع كوب عصير الليمون.
- نصف ملعقة صغيرة ملح.
- فصا ثوم مهروسان.

الطريقة

- ضعي الفاصولياء بعد غسلها في قدر وضعيها على النار في حرارة معتدلة لمدة خمس وأربعون دقيقة حتي تنضج. ثم قومي برفعها من علي النار واتركيها حتى تبرد.
- ضعي الفاصولياء في وعاء وأضيفي إليها الملح والثوم والليمون والبقدونس والزيت واخلطيهم جيداً.
- توضع في طبق التقديم وتقدم باردة، وبالهناء والصحة.



الطريقة

- اخلطي الثوم والليمون والزيت والبقدونس جيداً، ثم تبلي به الفطر وال. أرضي شوكي.
- قومي بوضع السلطة في طبق التقديم، وبالهناء والصحة.

سلطة الشمندر بالطحينة

المقادير

- كيلو شمندر.
- نصف كوب طحينة.
- نصف كوب عصير الليمون.
- ملعقة كبيرة بقدونس مفروم.
- ملعقة صغيرة ملح.

الطريقة

- قومي بسلق الشمندر وتقطيعه إلى قطع صغيرة الحجم.
- امزجي الطحينة والملح وعصير الليمون والبقدونس المفروم في إناء.
- أضيفي قطع الشمندر للمزيج واخلطي جيداً.
- ضعي السلطة في طبق التقديم، وبالهناء والصحة.



دجاج مشوي بالروب

المقادير

- دجاجتين - طماطم - 2 حبة بصل كبيرة - 2 حبة فلفل اخضر حار - حبة فلفل بارد - 5 فصوص ثوم - زنجبيل حسب الرغبة - 3 أكواب روب - فجان ليمون - 1/2 فنجان زيت زيتون .

الطريقة

- تقطع كل دجاجة إلى 8 قطع مع إضافة البهارات في خلاط العصير - يوضع فيها جميع المقادير ما عدا الدجاج - يضاف الخليط إلى الدجاج - يترك في الثلاجة يوم كامل ما يقارب 8 ساعات و ثم يشوي .



المأكولات اللبينة

الصلصات

الصلصة الفرنسية

المقادير:

- 1- ¼ أو ½ ك طماطم طازجة وجامدة.
- 2- ¼ ك خيار متوسط الحجم.
- 3- ½ ك صلصة فرنسية.
- 4- ويمكن إحضار أوراق الخس لتزين السطح الخارجي.

طريقة التحضير:

- 1- يتم وضع الطماطم علي لوح خشبي مسطح أو لوح رخامي أو يكون أحرفه ليست مرتفعة.
- 2- يتم تقطيعها إلي شرائح متوازية بالطول، ولكن دون أن تنفصل عن بعضها من أسفلها.
- 3- نقطع الخيار إلي حلقات رفيعة ورقيقة ويتم نقشره أو بدون نزع قشرته.
- 4- نقوم برشها جيداً بواسطة الصلصة الفرنسية.
- 5- يتم تحضير وإعداد أوراق الخس المقطحة الخضراء ويتم ترتيبها بشكل دائري في طبق مسطح أو مستدير أو بيضاوي.
- 6- نقوم برص الطماطم والخيار واحدة تلو الأخرى علي أوراق الخس.
- 7- يتم حفظ طبق السلطة داخل الثلاجة علي أحد الأرفف لبعض الوقت. ويقدم وقد أصبح مثلجاً.



مجبوس العيد

المقادير

ملعقة زعفران - 3 ملاعق طعام ماء ورد - 4 حبات هيل - كيلو لحم كتف - كوبان من الماء - نصف عود كرفس - مكعب مرقة ماجي - جزره + ليمونتان .
مقادير الحشوة : بطاطس - كوب عدس اصفر - 8 بصلات مقطعات إلى مكعبات صغيرة - فصوص ثوم مفرومة - كوب ماء للرش - 3 ملاعق كزبرة خضراء مفرومة - كوب زبيب - مكعب ماجي - ملعقة بهرات + مسحوق القرفة + مسحوق الكركم - ملعقة ملح - كوب زيت النرة .
مقادير الأرز : ملعقة طعام زبد - ملعقة مسحوق الكركم - 10 أكواب خلاصة اللحم - ملعقة ملح - ليمون اسود جاف - مكعب ماجي - 5 أكواب أرز .

الطريقة

انقعي الزعفران في ماء الورد وادهني به اللحم ثم اسلقيه في الماء لمدة ساعتين مع الكرفس والجزر - والهيل والليمون الأسود ومكعب الماجي - اسلقي البطاطس والعدس الأصفر كل على حده - لتحضير الحشوة ضعي البصل والثوم في قدر على النار وحركيه حتى يحمر لونه ثم رشيه بالماء قليلا مع التحريك - المستمر وبعد ذلك أضيفي الزيت والبطاطس المسلوقة والليمون الأسود والعدس الأصفر المسلوقة والزبيب - والبهارات ومكعب الماجي والكزبرة ثم الملح ، اتركي هذا الخليط مغلي على نار هادئة لمدة نصف ساعة - لتحضير الأرز ضعي الزبد في القدر مع الكركم وخلاصة اللحم والملح والليمون الأسود ومكعب مرقة ماجي والأرز - غطي القدر واطريه على نار هادئة لمدة 40 دقيقة وتقديم ساخنة .



مسقة البانجان

المقادير

كيلو بانجان - نصف كيلو لحم مفروم - 6 بصله - بهار شرقي - ملعقتين طعام صلصلة طماطم - ملح .

لعمل صلصة الباشميل

4 ملاعق طعام دقيق - كوب حليب - بيضتان مخفوقتان .

الطريقة

يقشر البانجان ويقطع إلى شرائح ويرش عليه قليل من الملح ويقل في زيت - يعصج اللحم بالبصل والبهار وتضاف الصلصة والملح - يجهز الباشميل بتسوية الدقيق في السمن ويضاف إليه الحليب والملح والبهار ويرفع من على النار ثم يضاف إليه البيض المخفوق - توضع شرائح البانجان في صينية فرن ثم يوضع اللحم المعصج ويغطي بشرائح البانجان ثم توضع الباشميل وتدخل الفرن حتى تنضج .





طبق الريش المشوية

المقادير

كيلو ريش - نصف ملعقة فلفل احمر مطحون - ربع كوب عصير ليمون - بصلتان متوسطتان - 3 فصوص ثوم مفروم - 3 ملاعق كزبرة خضراء مفرومة - نصف كوب كريمه - ملعقة كمون مطحون + كزبرة جافه مطحونه + كارام ماسالا + زنجبيل + ملح - روب .

الطريقة

قطعي البصل إلى شرائح طولية رفيعة - انقعي الريش في شرائح البصل والكمون والكزبرة الجافة والكارام ماسالا والفلفل الأحمر وعصير الليمون والزنجبيل - والروب والثوم والملح والكريمة في حله لمدة 3 ساعات أو أكثر - اشويها بعد ذلك على الفحم أو في فرن تصل درجة حرارته إلى 240 درجة مئوية .



الدجاج بالزبادي والنعناع

المقادير

دجاجتين - بصلتان مبشورتان - عصير ليمونتين أو خل - علبتان لبن زبادي - ملعقة أكل ثوم مفروم - ملح - قليل من النعناع الجاف .

الطريقة

تقطع كل دجاجة إلى أربع قطع وتنظف وتغسل جيدا وتدعك بالبصل المبشور وعصير الليمون ويغلى ويترك نصف ساعة - يخلط الزبادي حتى يتجانس ويضاف إليه النعناع ورشة ملح - يدعك الدجاج ثانيا بالثوم والملح ويقلب في خليط الزبادي والنعناع جيدا ويرص في صينية مدهونة ويغلى بالقصدير ويترك من ساعتين إلى ليلة كاملة وهو الأفضل ثم يدخل في الفرن من ساعة إلى ساعة ونصف ثم يحمر من الوجه ويقدم مع الأرز الأبيض.





محمى ورق العنب

يمكن استبدال ورق العنب بالكوسه
أو الطماطم أو البصل أو الباذنجان أو الملقوق

المقادير

نصف كيلو لحم مفروم - كوب أرز - ورق العنب - 3 حبات طماطم -
3 حبات بصل - كوب بقدونس - نصف كوب نعناع مفروم - ملعقة
صغيرة من البهار المخلط - معجون طماطم - مكعب ماجي - ملعقتين
طعام من دبس الرمان - خل + ليمون - زيت الزيتون .

الطريقة

يخلط البصل والطماطم مع قليل من الخل في خلاط كهربائي - تضاف
الخلطة إلى اللحم المفروم - يضاف إليها الأرز والبقدونس والنعناع والبهار
ودبس الرمان وقليل من الليمون والخل - تحشى الأوراق بالخلطة السابقة
بان تفرد الورقة على سطح من الجهة الخشنة للورقة ثم توضع الحشوة
باستخدام - ملعقة صغيرة، تغطى الورقة من جهة اليمنى أولاً ثم اليسار ثم
تلف - نصف الأوراق المحشية في إناء الطبخ بعد رشه بقليل من زيت
الزيتون - يذاب معجون الطماطم في كوب من الماء الدافئ والخل و
الليمون ويضاف إليه دبس الرمان وقليل من البهار وزيت الزيتون -
تضاف الخلطة إلى إناء الأوراق المحشية مع إضافة مكعب الماجي إليها -
تطبخ على نار عالية لمدة 15 دقيقة ثم على نار هادئة لمدة ساعة تقريباً.



المرقوق

المقادير

كيلوين لحم غنم عربي - أربع بصلات مقطعين إلى قطع صغيرة - رأس
ثوم مدقوق - طماطم مقطعه إلى قطع صغيرة - قرع أو يقطين مقطع إلى
قطع متوسطة - حبة بطاطس مقطعه - باذنجانته كبيرة مقطعة دون
تفشيرها - أربع حبات جزر مقطعه قطع متوسطة - ربع كوب ماش
مضاف له ماء مقلي - من ست إلى سبع أكواب قياسية طحين - ملح
وفلفل وبهار وليمونتان سود - ملعقتين طعام من دبس الرمان - قليل من
الخل - علبتين من صلصة الطماطم الجافة .

الطريقة

يوضع اللحم مع البصل المفروم في قدر كبير ويغلق ويترك حتى يتشرب اللحم
من ماء البصل - تضاف الخضروات المشكلة وزيت الذرة بمقدار ربع كوب -
مثل الجزر والبطاطا والباذنجان ويترك القرع للنهاية ثم وتقلي مع اللحم - يضاف
الثوم المدقوق معه قليل من الفلفل الأخضر وسريعاً تضاف الطماطم وصلصة
الطماطم - تضاف حبات الليمون والبهارات دون إضافة الملح ويسقى بالماء
بحيث تكون نسبته ثلاثة أرباع الكمية الموجودة بالقدر ويترك حتى يغلي - يضاف
الملح وقطع القرع - تعمل عجينة من الدقيق والماء وقليل من الملح وتكون لينه
بحيث يمكن تشكيلها وفردتها بسهولة - عند غليان القدر يرق قطع العجين
وإضافتها واحدة تلو الأخرى للمرققة ونقطعها حال وضعها في القدر بملعقة كبيرة
- يترك القدر ربع ساعة ثم يقلب ثم نقلل من حرارة النار وقوتها ويترك القدر
ساعة إلى ساعتين حتى يطهى العجين.





أكلات البطاطا اللذيذة بوريك البطاطا اللببية.

المقادير:

- 1- ½ كوب من الدقيق.
- 2- كمية من الماء المناسبة لمقدار الدقيق وذلك لإستخدام تلك المياه العجن.
- 3- ملعقتين كبيرتين من السمن أو الزبدة السائحة.
- 4- ذرة ملح.

مقادير نستخدم في عملية الحشو:

- 1- ¼ ك من اللحم المفروم.
- 2- 3 ثمار من ثمار البصل الجيد.
- 3- 10 فصوص من الثوم.
- 4- القليل من الملح والبهارات بكمية متساوية.
- 5- ثمرتين من البطاطا.

طريقة التحضير:

- 1- نعجن الدقيق باستعمال السمن أو الزبدة ويضاف كل من ذرة الملح إلي العجين ونضيف الماء مع استمرار العجن.
- 2- نتركها لمدة حوالي سبعة دقائق وذلك حتى تتخذ قواماً مناسباً لعجن تقطيعها.
- 3- نقطعها علي هيئة دوائر.



الدجاج بالباذنجان

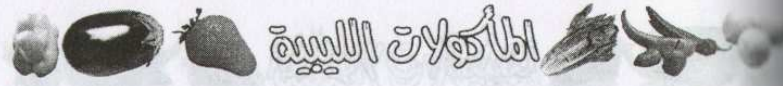
المقادير

- دجاجة مقطعة 8 قطع - 1 باذنجان حجم كبير - 2 بصل حجم متوسط - ¼ ملعقة شاي فلفل اسود - ¼ ملعقة شاي ملح - ¾ كوب ماء - 3 ملاعق طعام زيت - 1 ملعقة صلصة الطماطم - ¼ ملعقة شاي بهارات مخلوطة.

الطريقة

- تغسل الدجاجة وتقطع 8 قطع - يوضع الدجاج، الباذنجان، البصل، الملح، الفلفل الأسود، البهارات، الماء، الزيت و الصلصة في القدر على نار هادئة لمدة 45 إلى 55 دقيقة وهو مغلى - أیصب في طبق التقديم - يقطع الباذنجان إلى قطع متوسطة والبصل إلى شرائح طوليه .





- 7- 5 فصوص من الثوم.
- 8- ملعقة كبيرة من الفلفل الأحمر.
- 9- ¼ كوب صغير من عصير الليمون.
- 10- ¼ كوب صغير من البهارات.
- 11- قليل من الملح.
- 12- يمكن استعمال بعض من الجبن.
- 13- إحضار زيوت لوضعه علي السطح.

طريقة التحضير:

- 1- نضع اللحم في الإناء وتضاف عليه القليل من الماء حتى تظهر طبقة علي الوجه ثم يتم توزيعها بالملعقة.
- 2- يتم إضافة البصل والطماطم والفلفل ويتم رفع الخليط بعد ذلك من النار الهادئة.
- 3- نضع الملح والثوم والبهارات ثم يترك حتى يبرد.
- 4- يتم غسل البطاطا وتقشرها ثم معاودة غسلها مرة أخرى، وتقطع في شكل دوائر رقيقة.
- 5- ترش بالملح وتصفى جيداً ثم نضعها علي النار في الزيت.
- 6- نخلط 4 بيضات باستعمال مضرب البيض مع عصير الليمون، أيضاً يضاف إلي ذلك الدقيق بنفس الكمية التي سبق ذكرها.



- 4- نحشو تلك العجينة بالمفروم أو البطاطا المهروسة في كل قطعة عجين من تلك التي علي هيئة دائرة.
- 5- يتم لف كل قطعة من العجين بعد حشوها مثل لف القطايف، ثم تستخدم الشوكة في عمل الجوانب.
- 6- نقوم باستعمال الحليب أو السمس في عملية دهن سطح قطع العجين.
- 7- يتم رصها جميعاً في إناء أو شيء يصلح للوضع في الفرن، ويكون رصها بشكل منظم.
- 8- نضعها في الفرن مع العلم بأن نيران الفرن يجب أن تكون هادئة حتى لا تحترق الأكلة، ثم نتركها حوالي 120 دقيقة حتى تحصلين علي اللون الذهبي الذي تريدينه.
- 9- تخرج من الفرن، ونضعها في طبق التقديم لتقدم ساخنة ولذيذة.

بيتزا البطاطا

المقادير:

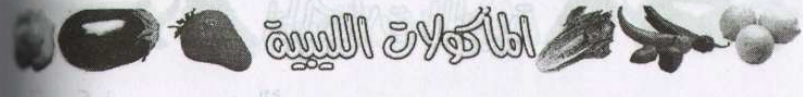
- 1- ½ ك بطاطا.
- 2- ½ ك من اللحم المفروم.
- 3- كوب من الدقيق.
- 4- 5 ثمار من البصل.
- 5- 6 بيضات.
- 6- ¼ كوب من عصير الطماطم.



10- ¼ كوب صغير من عصير الليمون.

طريقة التحضير:

- 1- غسل البطاطا وتقسيرها.
- 2- تقطعها إلي مكعبات متوسطة الحجم.
- 3- تصفي البطاطا واللحم وبعد أن يتم قليهم في الزيت.
- 4- تقطيع البصل إلي مكعبات.
- 5- نفرم الكسبرة والبقدونس والشبت بعد القلي في الزيت قليلاً.
- 6- يضرب البيض مع عصير الليمون والبهارات برفق مع إضافة الدقيق بالتدريج وعدم التوقف عن ضرب الخليط ثم نثر ذرة الملح.
- 7- نضع البطاطا مع اللحم والبصل مع كل من الكسبرة والثوم والبقدونس والشبت.
- 8- ندهن الطاجن بالزيت والدقيق وبعد خلط كل تلك المقادير نضعها في آن واحد داخل الخليط.
- 9- نضع الطاجن في الفرن علي أن تكون درجة الحرارة متوسط.
- 10- نتركه داخل الفرن لمدة نصف ساعة للتأكد من النضوج.
- 11- نترك الطاجن ليبرد ونقطعه ثم نضعه في طبق التقديم.



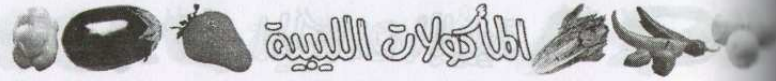
7- يتم دهن الطاجن الفارغ بالفارغ بالزيت، ثم يغمس كل طرف من أطراف البطاطا في خليط البيض المضروب، ثم يتم رص نصف مقدار البطاطا تقريباً في داخل الطاجن.

- 8- يتم وضع اللحم المفروم علي البطاطا ونضعها علي السطح.
- 9- نضع شرائح الجبن والزيتون، يتم خفق بيضة ومزجها بالبهارات ونضعها علي السطح.
- 10- نضع الطاجن داخل الفرن لمدة 10 إلي 12 دقيقة.
- 11- وأخيراً يترك الطاجن حتى يبرد ويقطع إلي مربعات ويوضع في طبق التقديم.

عجة الفرن

المقادير:

- 1- كليلو من البطاطا.
- 2- كوبين من الدقيق.
- 3- ¼ ك من اللحم المقطع إلي قطع صغيرة.
- 4- 10 بيضات.
- 5- 7 من ثمار البصل الأخضر.
- 6- رابطة من البقدونس وأخري من الكسبرة وأخري من الشبت.
- 7- 15 فص من فصوص الثوم.
- 8- ملعقة من الملح.
- 9- 1½ ملعقة كبيرة من البهارات.



الطبخة بالبطاطا

المقادير:

- 1- ½ ك من البطاطا.
- 2- ¾ ك من الباذنجان.
- 3- ½ ك من الكوسة.
- 4- كوب من عصير الطماطم.
- 5- ملعقة من كل من الفلفل الأخضر، الكمون، الفلفل الأسود.
- 6- 5 فصوص كبيرة من الثوم.
- 7- فنجان صغير من الخل وملعقة صغيرة من الملح وزيت

طريقة التحضير:

- 1- نقطع البطاطا إلي شرائح رقيقة.
- 2- نقطع الباذنجان حلقات.
- 3- نقطع الكوسة أصابع مطولة.
- 4- تتقع الخضروات في المياه المذاب فيها الملح.
- 5- يقلّي الباذنجان والبطاطا والكوسة والفلفل الأخضر في الزيت.
- 6- نحمر الثوم، ثم نضيف الطماطم والملح والفلفل والكمون معاً، ونتركها حتى تصل إلي مرحلة التسبيك، ثم نضع القليل من الخل.
- 7- نحضر طبق التقديم نرص البطاطا فوق الباذنجان، والباذنجان فوق الكوسة فوق الفلفل ثم في النهاية نضع الطماطم التي تم تسبيكها ثم نقدم ساخنة.



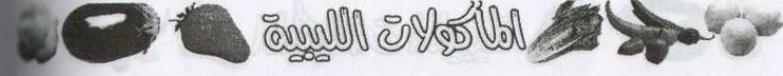
البطاطا الليبية

المقادير:

- 1- ½ ك من البطاطا.
- 2- ¼ ك جرام من اللحم.
- 3- نحضر كمية مناسبة من الهريسة الليبية.
- 4- 10 فصوص من الثوم.
- 5- بصلة صغيرة.
- 6- 1½ كوب من عصير الطماطم.
- 7- ملعقة من الملح والفلفل.

طريقة التحضير:

- 1- تقطع البطاطا علي هيئة شرائح.
- 2- نضع الملح ثم نقطع البصل شرائح، نضع البطاطا فوقه.
- 3- يضاف إليهم الثوم بعد أن يدق، نضع اللحم فوقه.
- 4- نقطع اللحم إلي مكعبات ونتبّلها بالملح والفلفل.
- 5- يضاف البصل واللحم إلي البطاطا.
- 6- يتم تقليبها جيداً مع إضافة عصير الطماطم والهريسة الليبية.
- 7- نضع الخليط في طاجن داخل الفرن حتى ينضج.
- 8- يوضع في طبق التقديم ويقدم ساخن.



عجة البطاطا المسلوقة

المقادير:

- 1- 2 ك من البطاطا.
- 2- 3 بيضات.
- 3- 3 أكواب من الدقيق.
- 4- بصلة مفرومة.
- 5- 1/2 رأس ثوم.
- 6- 1/2 كوب من عصير الطماطم.
- 7- كسبرة وبقونس وملعقة كبيرة من البهارات مع 1/2 ملعقة من الفلفل الأحمر وملعقة من الليمون.

طريقة التحضير:

- 1- تسلق البطاطا ثم تقطع إلي دوائر.
- 2- يخفق البيض مع الليمون بواسطة مضرب البيض ثم يضاف كل من الفلفل والملح والبهارات والطماطم مع الاستمرار في خفق البيض خفقا جيدا.
- 3- يتم إضافة الدقيق إلي البيض المخلوط بالتدريج مع الأستمرار في الضرب.
- 4- يضاف كل من الثوم واللحم والبصل والكسبرة والبقونس.
- 5- يتم احضار طاجن متوسط العمق ثم يتم دهانه جيداً بواسطة الزيت والدقيق ثم يتم وضع نصف الخليط بعناية. و توضع البطاطا المقطعة علي هيئة دوائر في النصف (نصف الطاجن).



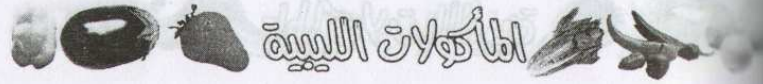
المقادير اللبنة

- 6- يتم صب باقي الخليط علي البطاطا.
- 7- يوضع الطاجن داخل الفرن المشتعل وذلك لمدة 20 دقيقة حتى يتم التأكد من تمام النضج.
- 8- يترك حتى يبرد، ثم يتم تقطيعه ويوضع في طبق التقديم ليقدم ساخناً.

- 1- 2 ك من البطاطا.
- 2- 3 بيضات.
- 3- 3 أكواب من الدقيق.
- 4- بصلة مفرومة.
- 5- 1/2 رأس ثوم.
- 6- 1/2 كوب من عصير الطماطم.
- 7- كسبرة وبقونس وملعقة كبيرة من البهارات مع 1/2 ملعقة من الفلفل الأحمر وملعقة من الليمون.

طريقة التحضير:

- 1- تسلق البطاطا ثم تقطع إلي دوائر.
- 2- يخفق البيض مع الليمون بواسطة مضرب البيض ثم يضاف كل من الفلفل والملح والبهارات والطماطم مع الاستمرار في خفق البيض خفقا جيدا.
- 3- يتم إضافة الدقيق إلي البيض المخلوط بالتدريج مع الأستمرار في الضرب.
- 4- يضاف كل من الثوم واللحم والبصل والكسبرة والبقونس.
- 5- يتم احضار طاجن متوسط العمق ثم يتم دهانه جيداً بواسطة الزيت والدقيق ثم يتم وضع نصف الخليط بعناية. و توضع البطاطا المقطعة علي هيئة دوائر في النصف (نصف الطاجن).



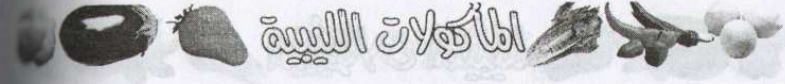
البادنجان باللحم

المقادير:

- 1- 1/2 ك جرام من الباذنجان العرائس.
- 2- 1 1/2 كوب من الطماطم المخلوطة خلطاً جيداً.
- 3- 1/4 ك جرام من اللحم المفروم.
- 4- ملعقة كبيرة من السمن أو الزبد.
- 5- فنجان صغير من البقدونس المفري.
- 6- القليل من الهريسة الليبية.
- 7- ملح وفلفل.

طريقة التحضير:

- 1- نشق الباذنجان بالطول ثم ينظف قلب الباذنجانة تنظيف جيداً.
- 2- نضعه في ماء فيه ملح. مما رفعه نغسله ونجففه ونجففه جيداً.
- 3- نرفع الباذنجان من الماء ويتم تجفيفه ثم يوضع في السمن أو الزبد.
- 4- يتم تشويح اللحم في السمن وذلك حتى تتعصج.
- 5- نضع عصير الطماطم والهريسة الليبية إلي الباذنجان المحشو باللحم.
- 6- ويتم تركه علي النار حتى يغلي.
- 7- بعد أن يغلي يرفع من علي النار، ثم يوضع في الفرن حتى يتم نضجه.
- 8- بعد التأكد من إتمام عملية النضج، توضع في طبق التقديم.



الكباب الباذنجان سلطة الباذنجان

المقادير:

- 1- كيلو جرام من الباذنجان غير منزوع القشر.
- 2- 1/2 كوب من زيت الزيتون.
- 3- 5 فصوص ثوم + رابطة بقدرونس.
- 4- 1/2 فنجان صغير من الفلفل الحار.
- 5- 1/2 فنجان صغير من الليمون المعصور.
- 6- ملعقة صغيرة من الكمون.

طريقة التحضير:

- 1- يقطع الباذنجان إلي حلقات ثم يرفع علي النار ليقلي في الزيت.
- 2- بعد أن يتم قليه يؤخذ ويتم هرسه هرساً جيداً.
- 3- يفرم الثوم مع كل من البقدونس والفلفل الحار.
- 4- يضاف الكمون ويضاف كل ذلك إلي الباذنجان الذي تم هرسه.
- 5- يضاف عصير الليمون علي الخليط ومعه قليل من زيت الزيتون.
- 6- تكون سلطة الباذنجان جاهزة للتناول، ثم توضع داخل طبق التقديم، ويمكن استعمال البقدونس في تزيين سطح الطبق.



أكلات البيتزا

كيفية تشكيل عجينة البيتزا

(توجد عدة طرق لتشكيل عجينة البيتزا)

- **لشكيل العجينة باليد داخل صنية عميقة.**

طريقة التحضير:

- بعد القيام بعجن البيتزا يتم تشكيلها علي هيئة كرة.
- نضعها في إناء مدهون بالزيت من جميع الجوانب.
- نغطي الإناء جيداً ونضعه في مكان دافئ حتى يحدث التخمر وتكون لمدة 3/4 ساعة.
- ندهن صنية الفرن بالزيت جيداً، ثم قومي بوضع العجينة التي علي شكل كرة داخل الصنية ثم يتم تركها لمدة 10 دقائق.
- يتم فرد العجينة باستعمال كف اليد وأطراف الأصابع لتغطية أسفل الصنية تماماً.
- تترك العجينة داخلها لمدة 20 دقيقة.
- يتم الحشو والتجميل.

لشكيل عجينة البيتزا المسطحة باستعمال النشابة:

- نرش الدقيق علي قطعة من الرخام الناعم ونضع عليها كرة العجين.



أكلات الكسكسي

الكسكسي السادة

المقادير:

- 1 1/2 ك من الدقيق. مع 1/2 ملعقة من الملح.
- 1/2 كوب كبير من السمن. وماء للعجن

طريقة التحضير:

- ننخل الدقيق جيداً ثم نرشه بقليل من الماء ويدعك براحتي اليد وأستمر في ذلك حتى يصير الدقيق علي هيئة كرات صغيرة.
- نفرك الدقيق المرشوش بالماء حتى تصير كرات صغيرة تنزل من المنخل.
- يوضع الدقيق المكور في المصفاة.
- توضع المصفاة فوق حلة مملوء بالماء. (يوجد في الأسواق الآن حلة الكسكسي وهي عبارة عن حلة مكونة من جزئين السفلي مملوء بالماء والعلوي مصفاة يوضع بها كرات الدقيق). ويرفع علي النار ويترك عليها لمدة نصف ساعة حتى يتم تسويته علي بخار الماء. وبعد أن نرفعه عن النار نقوم بفركه فركاً جيداً بالسمن. ويمكن إضافة الطبخة المحببة اليكم إليه قبل التقديم حسب الرغبة، ويمكن أن يقدم هكذا سادة.



المأكولات اللذيذة

تشكيل البيزا المحشو المغطاة.

- نضع الطبقة السفلي من العجينة داخل الصينية العميقة ثم يتم حشوها بالحشو المعد.
- نفرد القطعة الثانية للعجينة ثم نضع العجينة المفردة علي الحشو ثم نضغط أطراف العجينة مع بعضها لكي تضمني إتصاقها.
- نعمل فتحة في العجينة العلوية بعمق لتسمح بخروج البخار أثناء الطهي.
- نخبز في فرن درجة حرارته مرتفعة لمدة 20 دقيقة حتى يصفر لونها.

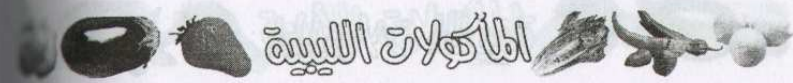
طريقة تقطيع البيزا للتقديم:

- عند خروج البيزا من الفرن، يجب أن تتقل إلي لوحة خشبية للتقطيع.
- تقطع البيزا بواسطة سكين حادة، وتقدم ساخنة.

الطرق المختلفة لعمل البيزا

المقادير:

- ½ كوب من الماء الدافئ.
- 1½ كوب من الدقيق.
- ½ ملعقة كبيرة من الخميرة الجافة.



المأكولات اللذيذة

- يتم تبطيها باستعمال كف اليد ويتم تشكيلها علي هيئة دوائر.
- نفرد العجينة باستعمال النشابة الخشبية المدهونة بالدهن حتى يصل سمك العجينة إلي 5 ملليمتر.

تشكيل العجينة الرقيقة المسطحة.

- نلت كرة العجين لمدة لا تزيد عن دقيقة.
- نضع العجين علي سطح مرشوش بالدقيق.
- يتم تشكيلها علي هيئة قرص سميك ثم يتم رش الحواف رشة خفيفاً بالدقيق.
- يتم تبطي العجين في الوسط إلي الأطراف.
- ضعي إحدتي كفي يديك علي سطح العجينة ثم ارفعي الجوانب الأخر من العجينة إلي أعلى باليد الأخرى ثم نجذب العجينة بحرص من المنتصف وتفرد حتى تصبح رقيقة مع رشها بقليل من الدقيق حتى لا تلتصق العجينة.

- نعمل حافة رقيقة حول العجينة بوضع إحدتي اليدين علي حافة العجين، وبالضغط باليد الأخرى إلي الخارج في اتجاه اليد التي علي الحافة، ثم تستمر هذه العملية حول العجينة كلها.

- نضع علي صاج مدهون بالزيت ثم تملأ بالحشو وتوضع داخل الفرن لتخبز.



المأكولات اللذيذة

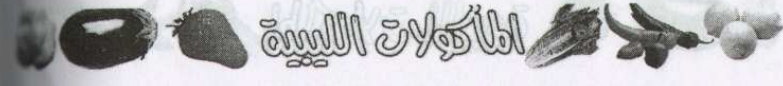
طريقة اخري لعمل البيزا.

المقادير:

- 1½ كوب من الدقيق.
- 1½ ملعقة من السمن.
- ملعقة صغيرة من الملح.
- بيضة.
- ½ ملعقة كبيرة من البيكنج بودر.
- ¼ ك من اللبن الطازج.

طريقة تحضير العجينة:

- نخلط الدقيق والملح والبيكنج بودر جميعاً في إناء.
- نصنع تجويف في وسط الدقيق.
- نضع في تجويف الدقيق السمن والبيض.
- نضيف اللبن تدريجياً لنتم عملية العجن حتى نحصل علي عجينة مرنة وناعمة.
- نتركها في مكان بارد لمدة نصف ساعة ثم نلفها باستعمال ورقة الزبد المدهونة بالزيت.
- ندهن صنية الفرن ونفرد العجينة داخلها.
- يتم حشوها بالحشو المعد لها، توضع في أطباق التقديم وتقدم ساخنة.

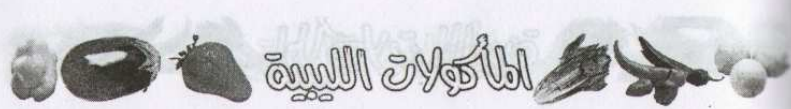


المأكولات اللذيذة

- ملعقتين كبيرتين من الزيت.
- ½ ملعقة كبيرة من سكر الخشن

طريقة التحضير:

- يضاف السكر إلي الخميرة البيرة وتقلب جيداً بالملعقة حتى تصبح سائلة.
- نضيف إليها الماء الدافئ.
- نترك الخميرة في مكان دافئ حتى تتخمر وستلاحظين أنها أرتفعت قليلاً وظهرت بعض الفقاعات علي سطحها.
- نقوم بتجهيز إناء عميق ويتم وضع الدقيق وليس كله بل أبقى ما يعادل ملعقتين من الدقيق، وباقي الدقيق يوضع مع الملح نقوم بصنع تجويف في المنتصف، ثم نصب داخل هذا التجويف خليط الخميرة، ثم يقلب جيداً حتى يمتزج الدقيق بالخميرة، ونجد أن العجينة قد بدأت في التماسك.
- نفرد العجينة علي سطح ناعم مرشوش بالدقيق، ثم نبدا بعملية لت العجينة مع دهن اليدين بالدقيق.
- نقوم بالضغط علي العجينة لأسفل باستعمال باطن اليدين.
- نرفعها إلي الأمام ثم ننيها علي بعضها مرة ثانية، ثم تدار ربع دورة.
- نكرر العملية حتى تصبح العجينة ناعمة ومرنة.
- نترك العجينة لبعض الوقت ونقل ¾ ساعة قبل استعمالها.



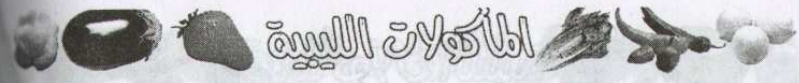
طريقة اخري لحشو البيتا

المقادير:

- ½ ك جرام من الطماطم.
- ½ فنجان من الطماطم المخلوطة.
- 3 قرون من الفلفل الأخضر.
- ¾ كوب من الماء.
- ½ ملعقة من الزيت.
- ثوم + ملح.

طريقة التحضير:

- نقلي الثوم في الزيت علي نار هادئة حتى يتحول لون الثوم للأصفر الذهبي.
- نضع ½ فنجان من الطماطم المعجونة.
- نضع باقي الطماطم المبشورة ثم نضع كل من الماء والملح حتى تتضج.
- نضع الفلفل بعد تقطيعه إلي دوائر.
- نضيف إليها الثوم والقليل من البهارات. لتصبح جاهزة لوضعها علي عجينة البيتا.



طريقة اخري للبيتزا

المقادير:

- ½ ك من الدقيق.
- ماء دافئ للعجين.
- ¼ فنجان من الخميرة.
- ¼ فنجان من السكر.
- ¼ فنجان صغير من الليمون + بيضة.
- ¼ فنجان اللبن + ذرة ملح.
- زيتون أو تفاح.

طريقة التحضير:

- نعجن الدقيق مع الزيت والملح والبيض والليمون واللبن والماء الدافئ ويتم عجنهم معا جميعا عجنا جيدا ونتركها حتى يحدث لها تخمر.
- نضع العجينة في طواجن صغيرة وتترك أيضا نفس الفترة التي تركت فيها العجينة للتخمر.
- يتم تجميل سطحها بالصلصة مع إمكانية وضع زيتون وتفاح.
- نضعها في الفرن وتترك حتى تتضج.
- نقطعها إلي مربعات أو مثلثات.
- توضع في أطباق التقديم وتقدم ساخنة.



المأكولات الليبية

- يتم خفق 5 بيضات مع عصير الليمون ونضيف كوب دقيق عليهم مع الاستمرار في الخفق حتي تصبح غليظة القوام.
- ندهن الطاجن المعد، ويغمس كل طرف من البطاطا بخليط البيض المخفوق.
- نرص نصف مقدار البطاطا في الطاجن بعناية وبطريقة جميلة.
- نضع اللحم المفري علي البطاطا ونضع الباقي من البطاطا فوق اللحم المفري.
- يتم وضع شرائح الجبنة والزيتون ويتم خفق الباقي من البيض بإضافة البهارات ثم يتم وضعها علي الوجه.
- يوضع الطاجن داخل الفرن لمدة 10 دقائق.
- اخرج الطاجن من الفرن واتركه كي يبرد وتقطع إلي مثلثات ويوضع في أطباق التقديم.

بيتزا البصل

المقادير:

- 1/2 ك من البصل.
- 1/2 كوب من الزيت.
- 1/4 ملعقة شاي من الزعتر بعد طحنه.
- كمية مناسبة من سمك الأنشوجة.
- 5 حبات من الزيتون الأسود.



أكلات مختلفة للبيتزا بيتزا البطاطا

المقادير:

- 2 ك من البطاطا.
- 1/2 ك من اللحم المفروم.
- 8 بيضات.
- 2 كوب كبير من الدقيق.
- كيلو من البصل.
- ملعقة من الفلفل الأحمر.
- 1/2 كوب من عصير الطماطم.
- ملعقة من كل الملح والفلفل والبهارات.
- ليمونة.
- جبنة.
- زيت زيتون.

الطريقة:

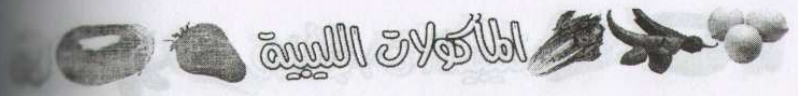
- نضع اللحم في أناء مع قليل من الزيت المسخن ونقلب لينضج
- نضيف البصل والطماطم والفلفل ونرفعها علي نار هادئة.
- نضيف الثوم والملح والبهارات ويترك الخليط حتى يبرد.
- نقشر البطاطا ونغسلها جيداً.
- نقطعها إلي دوائر رقيقة.
- نرشها بالملح وتقلي في الزيت.



- ½ فنجان من البقدونس المفري.
- ½ فنجان صغير من عصير الليمون.
- ½ فنجان صغير من الملح والفلفل و 5 حبات زيتون.

طريقة التحضير:

- نضع عصير الليمون والقليل من شرائح الفلفل الأخضر علي التونة.
- نضع الملح والفلفل علي الطماطم لتتبيلها ثم تصفي.
- نقطع البيض المسلوق إلي حلقات لتتبيلها بالفلفل والملح.
- نفرّد العجينة ويتم تشكيلها بأي أظعمة أخرى.
- يتم رص العجينة في صينية أو صاج مدهون بالزيت دهناً خفيفاً.
- نضع صلصة الطماطم بالثوم علي العجينة.
- نضع التونة المتبلّة عليها.
- نقوم بتجميلها بوضع حلقات البيض، واستعمال شرائح الطماطم والزيتون في التجميل أيضاً، ثم رش الجبن الرومي المبشور عليها.
- نخبز العجين في الفرن.
- يتم وضعها في أطباق التقديم، وتقدم ساخنة.



- الملح.
- **طريقة التحضير:**
- نفرّد العجينة في الصينية المدهونة بالزيت.
- نقشر البصل ونقطعه علي شكل دائري.
- نضع البصل في الزيت علي النار لمدة 10 دقائق.
- يضاف الثوم إلي البصل والزعرتر المطحون والملح ويتم تغطية الوعاء ثم يترك فترة لا تزيد عن ربع ساعة.
- نضيف خليط البصل والثوم فوق العجينة المفرودة في الصينية لكي يتم تغطيتها بصورة جيدة.
- ندخل الصينية في الفرن لمدة نصف ساعة.
- بعد التأكد من نضجها أخرجها من الفرن ثم نضع الزيتون في وسطها.

بيزا التونة

المقادير:

- علبة تونة كبيرة.
- ½ ك من الطماطم.
- ½ كوب من صلصة الطماطم المخلوطة بالثوم.
- ½ كوب من الجبن الرومي المبشور.
- 3 بيضات مسلوق.
- 3 قرون من الفلفل الرومي.



المأكولات الليبية

- نرفع السمك من الماء، ثم ننزعه كل من الجلد والشوك.
- نضيف المسطردة وعصير الليمون والكرفس المفري إلي السمك الذي تم سلقه ثم نضع عليهم الفلفل والملح.
- نقطع الطماطم إلي شرائح ونضعها في مصفاة ونرش عليها ملح حتى نتخلص من الماء الزائد.
- نقطع البيض المسلوق إلي حلقات لتتبيله بالملح والفلفل.
- يفرد العجين وتشكيلها بأي شيء ثم نضعها في صاج مدهون.
- نضع فوق عجينة البييتزا صلصة الطماطم بحيث تكون طبقة رقيقة.
- نضع عليها السمك المتبل، ونجملها بواسطة الزيتون الأسود وشرائح الطماطم وحلقات البيض ثم نرش الزبد عليها.
- نخبزها في الفرد، ثم بعد التأكد من النضوج نضعها في طبق التجميل لتقديمها ساخنة.

بيتزا السردين

المقادير:

- 2 كيلو من سمك السردين.
- ½ ك من الطماطم.
- ½ كوب صغير من صلصة الطماطم.
- قرنين من الفلفل الرومي والفلفل الأحمر.



المأكولات الليبية

بيتزا السمك

المقادير:

- ½ ك من السمك.
- ملعقة كبيرة من صلصة الطماطم.
- ملعقة من عصير الليمون.
- ½ ملعقة كبيرة من السمن.
- بيضة مسلوقة.
- بصلة.
- ½ ملعقة كبيرة من الكرفس المفري.
- بقونس أو أوراق الخس.
- ملح وفلفل.
- ½ ملعقة كبيرة من المسطردة.
- 5 حبات زيتون منزوعة النوي.

طريقة التحضير:

- ينظف السمك جيداً بالملح والليمون.
- ينقع السمك بالماء في إناء.
- نضع عليه الملح والفلفل وعصير الليمون بنصف المقدار الذي احضرته وأيضاً نضع بصله مقطعة إلي شرائح رقيقة والقليل من الكرفس.
- نترك الماء فترة لا تزيد عن 6 دقائق وذلك حتى يكون السمك نصف ناضج.



المأكولات اللذيذة

- ½ ك من الطماطم.
- ½ فنجان من الكرفس المفري.
- ½ ملعقة كبيرة من المستردة.
- بصل متوسطة الحجم.
- عجينة البييتزا.
- قرن فلفل.
- ملعقة من عصير الليمون.
- أوراق الخس والبقدونس.
- خمس زيتونات من الزيتون الأسود.

طريقة التحضير:

- نغسل الجمبري ونقشره وننزع رأسه.
- نقطع البصل إلي شرائح رقيقة ونضيف إليه عصير الليمون.
- نضيف إليه الكرفس المفري والمستردة لتتبيله بالملح والفلفل ونتركه ½ ساعة.
- نقطع الفلفل والبيض المسلوق إلي حلقات.
- نشق الزيتون إلي نصفين وننزع النوي مع الاحتفاظ بالشكل الدائري لنصف الزيتون.
- نفرّد العجينة ونشكلها إلي أشكال دائرية ونرصها في صاج مدهون بالزيت. ونرص الجمبري علي العجين ثم نجعل سطحها بحلقات البيض والطماطم والزيتون ونرش السطح بالقليل من السمن.



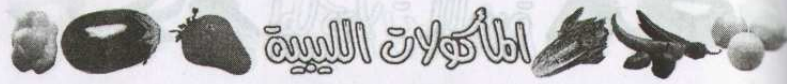
المأكولات اللذيذة

- 5 ملعقة كبيرة من البقدونس المفري.
 - ½ كوب صغير من عصير الليمون.
 - جبن رومي، زيتون الأسود.
- ### طريقة التحضير:
- يغسل السردين من الداخل والتخلص من الملح الزائد.
 - نقطع الطماطم إلي شرائح وتبليها بالملح لتتخلص من الماء الزائد.
 - نقطع الفلفل الرومي إلي شرائح.
 - نخلط السردين مع الفلفل الأحمر مع عصير الليمون والبقدونس المفري.
 - نفرّد العجينة.
 - نرص العجين في صاج، ونضع عليها صلصة الطماطم.
 - نضع خليط السردين ثم نقوم بتجميلها بشرائح الطماطم والفلفل الرومي والزيتون الأسود، ونرشها بالزيت.
 - نضعها في الفرن لتخبز، وتعمل بأوراق الخس أو البقدونس.

بييتزا الجمبري

المقادير:

- ½ ك جمبري.
- ملعقة من الزبد وتكون كبيرة.
- بيضة مسلوقة.



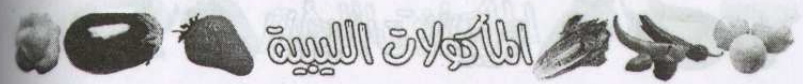
بيترزا بالجبن الأبيض

المقادير:

- ¼ ك من الجبن الأبيض.
- ملعقة صغيرة من السمن.
- ملعقة صغيرة من البقدونس المفري.
- ملعقة صغيرة من النعناع.
- ملعقة صغيرة من صلصة الطماطم، وبيضة مسلوقة.
- ثمرة من الطماطم وفص ثوم مفري
- زيتون أسود وبقدونس.

طريقة التحضير:

- يوضع البقدونس المفري في إناء، ونضيف إليه الجبن والنعناع بالإضافة إلي صلصة الطماطم ويقلب جيداً.
- تقطع البيضة المسلوقة حلقات لتتبّلها بالملح والفلفل.
- تقطع الطماطم بعد نقشيرها إلي حلقات وتتبّلها بالفلفل والملح ونضعها في مصفاة لتتخلص من ماء زائد أو بذور.
- نفرّد العجينة في صينية مدهونة بالسمن.
- يضاف طبقة من الخليط ونجملها بحلقات البيض والطماطم والزيتون الأسود مع قليل من السمن.
- نضعها في الفرن حتى نحصل علي إحمرار لوجها.
- تقدم بعد إخراجها من الفرن ويتم تجميلها باستعمال ورق البقدونس.



- نضعها في الفرن وبعد التأكد من النضوج تخرج من الفرن لتجميلها بواسطة البقدونس وورق الخس.

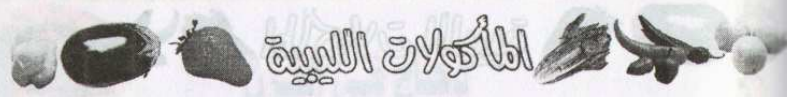
البيترزا بالجبن الرومي

المقادير:

- ¼ ك من الجبن الرومي.
- ¼ كوب من السمن.
- عجينة البيترزا.
- ¼ كوب من الزعتر.
- ¼ كوب من الزيتون الأسود.
- فلفل رومي.

طريقة التحضير:

- نضع الجبن الرومي مع الزعتر والسمن ونقلب هذا الخليط جيداً.
- نقطع الفلفل شرائح رفيعة ونضيفها إلي الخليط.
- نفرّد عجينة البيترزا في صاج مدهون بالسمن.
- نفرش طبقة من خليط الجبن الرومي علي العجينة وتوزع جيداً.
- ويتم وضع الزيتون الأسود وشرائح الفلفل الرومي للتجميل.
- ونضعها في الفرن حتى يحمر وجهها ثم يتم إخراجها وتوضع في أطباق التقديم، وتقدم ساخنة.



المأكولات اللذيذة

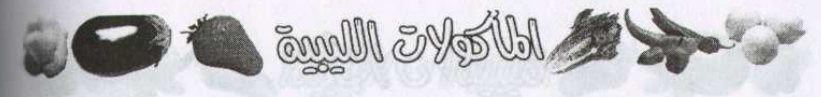
العجة باللحم

المقادير:

- ½ كوب كبير من الدقيق.
- ½ ربة بصل اخضر بمعدل بصلتين.
- ملعقة صغيرة من البهارات.
- ملعقة صغيرة من الملح.
- القليل من اللحم.
- ربة بقدونس ونفس القدر من الكسبرة.
- 4 فصوص من الثوم.
- ¼ ك من البطاطا.
- ½ ملعقة من عصير الليمون.

طريقة التحضير:

- تغسل البطاطا وتقشر وتقطع إلي مكعبات.
- تقطع اللحم قطع صغيرة.
- تقلي البطاطا في الزيت لمدة خمس دقائق، ثم تصفي.
- تقلي اللحم في الزيت لمدة خمس دقائق، ثم تصفي.
- يقطع البصل إلي مكعبات، وقومي بفرم البقدونس والكسبرة ويتم قليهم جميعا في الزيت ثم يصفى.
- يخفق البيض في طبق عميق مضاف إليه عصير الليمون والبهارات مع الاستمرار في الخفق ثم يضاف الدقيق تدريجياً مع الملح.



المأكولات اللذيذة

أكلات العجة المختلفة عجة البصل

المقادير:

- ½ حزمة من البصل الأخضر.
- ¼ حزمة من البقدونس.
- ¼ حزمة من الكسبرة.
- ¼ حزمة من الشبث.
- ½ ملعقة صغيرة من كل من البهارات والملح.
- ¼ كوب كبير من الدقيق.
- قليل من الماء.
- ثلاثة فصوص من الثوم.
- بيضتان.

طريقة التحضير:

- نخلط البصل مع قليل من الماء.
- يضاف البقدونس والكسبرة والثوم والشبث ليخلط مع البصل.
- يخفق البيض مع الليمون خفقا جيدا ويضاف علي الخليط السابق.
- يضاف إليهم الدقيق معه البهارات بالتدريج، ويوضع الجميع في طاجن ويتم دهنه بالزيت والدقيق.
- يدخل الفرن لمدة 10 دقائق. ثم يخرج من الفرن ويترك حتى يبرد، وبعد التقطيع يوضع في أطباق التقديم ساخن.



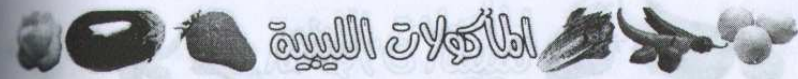
دجاج في الفرن

المقادير

دجاجه مقطعه - بصله - 4 فصوص ثوم - 4 جزرات مقطعه إلى حلقات
- 2 طماطم - قليل من الفلفل الأسود - 4 حبات بطاطا مقطعه إلى حلقات
- فلفل اخضر حلو - بهارات - قليل من الملح - قليل من الليمون .

الطريقة

نطحن الثوم مع حبة طماطم والماء في خلاط - نضيف الخلطة السابقة
إلى الدجاج مع إضافة الفلفل الأسود والليمون والبهار - يسلق الدجاج مع
خلطته السابقة - نضع في صحن التقديم خلطتي الخطوتين السابقتين
ونضعهم في الفرن حتى يحمر الدجاج - في إثناء آخر، نسلق البصل
والجزر والبطاطا والفلفل الأخضر .



- يوضع اللحم والبقدونس والبصل والبطاطا والكسبرة والثوم
علي البيض المخفوق.
- يتم خلط المقادير السابقة جميعها خلطاً جيداً، ثم يتم وضعها
في طاجن متوسط العمق والحجم ويكون مدهون بالزيت
والدقيق.
- يتم وضعه في الفرن لمدة 15 دقيقة .
- عندما تتضج يتم تقطيعها وبعد أن تبرد، ويمكن تناولها
ساخنة.



برياني الدجاج في الفرن

المقادير

دجاجه منزوعة العظم ومقطعه - كوبان ونصف أرز - بصلتان كبيرتان -
فصان ثوم مدقوق - ربع ملعقة شاي فلفل احمر - ملعقة شاي كمون مطحون
- شريحة زنجبيل مبشورة - ملعقتين شاي ملح - 6 ملاعق طعام زيت
4 ملاعق طعام طحين - 5 ملاعق طعام زيادي - ملعقة طعام عصير ليمون
- 4 ملاعق طعام ماء - 1/2 ملعقة شاي دارسين - نصف ملعقة شاي -
رغم مطحون - نصف كوب لوز .

الطريقة

يغسل الأرز جيدا ثم ينقع في ماء لمدة ساعة - يسلق في ماء مملح معه كركم
ويصفى - تقطع بصله واحده إلى أرباع وتوضع مع بعض الماء في خلاط
كهربي وتخفق - يرفع البصل جانبا وتحمر قشور اللوز في نفس الزيت وتجفف
مع البصل على ورق نشاف - يوضع الطحين في طبق وتضاف إليه ملعقة شاي
ملح والفلفل الأحمر والكمون ويخلط - تقلى قطع الدجاج في خليط الطحين ثم
تحمر في زيت غزير وترفع جانبا - توضع العجينة المعدة في الخلاط في إناء
واسع وتحمر على نار هادئة ثم يضاف إليها الزيادي - بالتدريج وعصير ليمون
و4 ملاعق ماء - تضاف إليها قطع الدجاج المحمرة ويغطى الإناء ويترك على
نار هادئة لمدة 15 دقيقة - يسخن باقي الزيت وتحمر فيه البصلة الثانية بعد
تقطيعها إلى شرائح - قبل رفع الإناء عن النار يضاف الدارسين ويقلى الخليط
قليلا - يدهن قاع قالب فرن وينثر عليه ربع مقدار الأرز المسلوق - يغطى بخليط
الدجاج ثم يضاف باقي مقدار الأرز المسلوق ويرش سطحه بالبصل
واللوز المحمر - يغطى جيدا بورق الألمنيوم ويوضع في فرن متوسط
الحرارة لمدة 35 دقيقة - عند التقديم يقلى الأرز مع خليط الدجاج قليلا .



دجاج بالتوابل

المقادير

دجاجه منزوعة العظم ومقطعه - ملعقة صغيرة فلفل احمر - ملعقة صغيرة
ثوم مهروس - نصف كوب بصل مفروم - علبه حليب رنبو - ملعقة
صغيرة فلفل اسود - ثلث كوب من البقسماط - 3 ملاعق كبيرة زبد -
نصف كوب دقيق - 3 ملاعق كبيرة زيت - نصف كيلو طماطم مقشورة
ومقطعه - ربع كوب بقدونس مفروم - ملح حسب الرغبة .

الطريقة

اخلطي الحليب مع البيض واتقي قطع الدجاج في الخلطة لمدة ساعتين -
اخلطي البقسماط والملح والفلفل والدقيق - غطي قطع الدجاج بمخلوط
الخبز المطحون وتركه جانبا - ضعي الزبد والزيت في قدر على نار هادئة
ثم أضيفي الفلفل والبصل والثوم وحركيه لمدة 6 دقائق - سخني الزيت
وأضيفي قطع الدجاج على نار متوسطة حتى تحمر - ضعيه على نار
متوسطة مدة ربع ساعة - أضيفي الطماطم وخلطة الفلفل وضعيها لعشرة
دقائق أخرى على النار - زينيه بالبقدونس وقدميه ساخنا مع الأرز وسلطة
الخضر .





قطع التوست بالدجاج

المقادير

1 صدر دجاج مسلوقة ومقطع قطع صغيرة - علبه مشروم مقطع متوسطه الحجم - علبه قيمر أو كوب كريمة - 1 علبه جبن صغير الحجم - بصلة متوسطه مفرومة - كيس توست فرنسي - بهارات، كمون - فلفل أسود - ملح حسب الرغبة .

الطريقة

يحمّر البصل في زيت خفيف حتى يصفر لونه - يضاف إليه الدجاج المسلوقة ويقلب الجميع معاً - يضاف إليه المشروم ويقلب معاً على نار هادئة وتوضع قطعة معدنية تحت القدر حتى لا يحترق - يلين الخليط بقليل من ماء المشروم (1/2 فنجان).

لعمل خلطة الكريمة: يخلط القيمر أو الكريمة مع الجبن معاً جيداً - بعد ربع ساعة من تجانس الخليط توضع عليه خلطة الكريمة - يترك الخليط لمدة ربع ساعة على نار هادئة جداً ثم يطفئ - تقطع أطراف التوست وتوضع قطع التوست في فرن متوسط الحرارة لمدة 10 دقائق (نار من الأعلى) خفيفة جداً - تخرج قطع التوست من الفرن ويضاف إليها الخليط وترش بالموزيريلا وتدخل الفرن مرة أخرى نار من الأعلى إلى أن يصفر لون الجبنة وتآكل بصحة وعافية.



محمي السليس بالدجاج

المقادير

سليس ابيض طازج - جزر + كوسة + بصل + بطاطا (مبشورة) - بيض - دجاج بدون عظم - بقسماط .

الطريقة

كل حبه من التوست المحشي توضع في البيض ثم في البقسماط (الخبز المطحون) ثم تحمر في المقلاة - تأخذ كل حبيتين من السليس ويوضعن على بعض ثم تقطع من الوسط بكاس بشكل دائري - تفور الدجاجة وينزع منها العظم وتفتت إلى قطع صغيرة - يبشر كل من (بطاطا + بصل + كوسة + جزر) في الأول يوضع البصل في المقلاة في زيت حتى يحمر لونه - ويضاف الباقي عليه بالإضافة الدجاج - توضع البهارات مع الملح حسب الرغبة على الخليط وتترك حتى النضج على نار متوسطه مع استمرارية التحريك - يحشى السليس بالخليط.





شاورما الدجاج

المقادير

دجاجة مسلوقة ومقطعة إلى شرائح صغيرة - 2 بقونس مفروم - 2 ملعقة
زيت نباتي - بصل أحمر مقطوع إلى شرائح صغيرة - طماطم مقطعة إلى
شرائح طويلة - مخلل خيار مقطوع إلى شرائح صغيرة - بطاطس مقطعة
بالطول ومقلية - خس مقطوع إلى شرائح طويلة - خبز أي نوع - صلصة
الطحينة - 4 ملاعق طحينة بيضاء - ثلث كوب ماء - علبه روب 180
غرام - 5 فصوص ثوم .

الطريقة

لتجهيز الحشوة: نضع الزيت في مقلاة - نضع الدجاج والبصل المقطع إلى
شرائح والبقونس على النار - نضع الملح والفلفل الأسود ونحمره قليلا
إلى أن يصبح كأنه مشوي ثم نرفعه من على النار ونضعه جانبا .

لتجهيز الطحينة: نضع في الخلاط الطحينة والروب والماء والثوم ونخلط
في الخلاط إلى أن يصبح صلصة متوسطة الكثافة ونضعها جانبا - طبعاً
تكون مجهزة البطاطس المقلية في طبق والشاورما في طبق ومخلل الخيار
في طبق والخس والطماطم في طبق - نضع الخبز ونحشيه بكل هذه الأشياء
ونضع عليه الصلصة ثم نلفها بالورق الأبيض .



صينية الدجاج والبطاطس

المقادير

كيلو غرامات من البطاطا - نصف كوب حليب كامل الدسم - ملح وفلفل
أبيض - ملعقتان متوسطتان من الزبد - بيضه مخفوقة - صدور دجاج
مخلية ومسلوقة ومفرومة - خضره للتجميل - بقسماط .

الطريقة

نقشر البطاطا ونغسل ثم تقطع إلى مكعبات ثم تسلق في ماء به ملح ثم
تصفى وتتبلى - يضاف إليها الحليب والزبد والبيضة وترفع على نار هادئة
مع التقليب المستمر - تترك حتى تبرد ثم تفرد نصف الكمية في صينية
فرن ويضاف إليها الدجاج المفروم ثم يغطى بالكمية المتبقية من البطاطا -
ينثر على سطحها البقسماط الناعم ويزج في فرن لمدة ساعة إلا ربع -
تجمل بالخضرة وتقدم دافئة .





المأكولات الليبية

عجة البطاطا

المقادير:

- 2 كوب من الدقيق.
- كيلو من البطاطا.
- 7 بيضات.
- 1/2 راس ثوم.
- 1/4 ك من اللحم المفروم.
- 2 ملعقة كبيرة من الكسبرة والبقدونس المفري.
- ملعقة كبيرة من الملح إن لزم الأمر.
- ملعقة كبيرة من كل من البهارات ومعجون الطماطم.
- ملعقة كبيرة من عصير الليمون.
- 1/2 ملعقة من الفلفل الاحمر.

طريقة التحضير:

- تقطع البطاطا إلي دوائر ثم تسلق.
- نخلط البيض مع الليمون، ثم نضع الطماطم والفلفل والملح والبهارات مع الاستمرار في الضرب بحيث يخلط المزيج مع بعضه خلطاً جيداً.
- يضاف الدقيق بصورة تدريجية إلي الخليط.
- يلي إضافة البقدونس والبصل والثوم والكسبرة مع الاستمرار في التقليب.
- يضاف اللحم المفري إلي الخليط مع الاستمرار في التقليب.



أفخاذ الدجاج المشوية

المقادير

- كوبان ونصف دقيق - ملعقة خميرة فورية - ملعقة بيكنج بودر - بيضتان - نصف كوب ماء - للعجن - بطاطس - بقسماط - زيت للقلي .

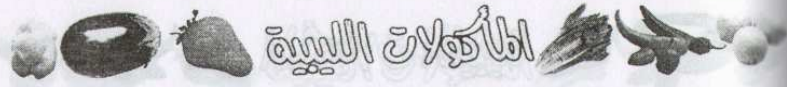
الحشوة

- دجاج مسلوقة ومقطع إلى قطع صغيرة ومحمصة في البصل والثوم والفلفل مع البقدونس .

الطريقة

يخلط الدقيق مع البيكنج بودر - توضع بقية المقادير في خلط مع نصف مقدار الماء وتخلط ثم تعجن بالدقيق - بعد أن تتماسك العجينة تترك لمدة نصف ساعة - تفرد العجينة وتقطع إلى مربعات ثم توضع الحشوة في الوسط والبطاطس على زاوية - تلف العجينة على شكل أفخاذ الدجاج ولا بد عند التلف أن يغطي البطاطس بالعجين ثم تغطي بالبيض والبقسماط ثم تقلي في الزيت .





أكلات أخرى شهية البسموسة (عجينة اللحم)

بمقادير:

- كوب كبير من اللبن دافئ.
- كيلو من الدقيق.
- واحد ونصف كوب من الزبد.
- ملعقة كبيرة من البيكنج بودر.
- 1/2 كوب صغير من عصير الليمون.
- 2 بيضة.
- ذرة ملح.
- 1/2 ك لحم مفري.

طريقة التحضير:

- يتم عجن الدقيق بالزبد مضاف إليه عصير الليمون والبيض وذرة الملح في إناء.
- يضاف اللبن مع استمرار العجن.
- عندما تكون لينة تترك لمدة 15 دقيقة.
- نحول العجين إلي كرات صغيرة ونرش عليها الدقيق ثم نفردها بواسطة النشابة.
- يتم تقطيع دوائر منها ويتم حشوها باللحم المفروم.
- ندهن السطح باللبن وترش بالسمن، وترفع علي النار وتقلي في الزيت.



- يدهن طاجن بالزيت ويضع فيه نصف مقدار الخليط.
- يتم وضع البطاطا علي هيئة دوائر في منتصف الطاجن ثم يتم وضع باقي الخليط علي البطاطا.
- توضع في الفرن لمدة 25 دقيقة ثم تترك حتى تبرد ثم تقدم.

بمقادير:

- كوب كبير من اللبن دافئ.
- كيلو من الدقيق.
- واحد ونصف كوب من الزبد.
- ملعقة كبيرة من البيكنج بودر.
- 1/2 كوب صغير من عصير الليمون.
- 2 بيضة.
- ذرة ملح.
- 1/2 ك لحم مفري.



المأكولات الليبية

البريم

المقادير:

- 5 أكواب من الدقيق.
- 1/2 ك من اللحم.
- هريسة ليبي.
- سمن.
- الملح والفلفل.
- بصلة.

طريقة التحضير:

- تقطع اللحم قطع صغيرة ثم تسلق.
- نضع السمن علي النار حتى يقدح ثم يتم وضع اللحم علي السمن ثم تضاف الهريسة الليبي وتترك بعد النضوج.
- نخل الدقيق ونخلطه بالسمن والماء .
- يضاف الملح والفلفل.
- يرفع علي النار حتى ينضج.
- يوضع الخليط في طبق للتقديم ثم يزين بقطع اللحم الذي تم تحميرها في السمن.

يتم وضع الخليط بعد نقله جيدا في مصفاة فوق إناء يتكون به ماء ساخن (حلة الكسكسي وهي متوفرة بالأسواق) وتغرم بتغطيه الإداء.



المأكولات الليبية

الذ السنونشانات الليبية

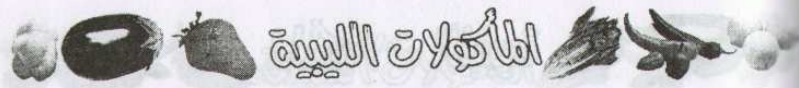
المقادير:

- 1/4 ك من اللبن.
- كوب ماء دافئ.
- 1/2 ك من الدقيق.
- ملعقة كبيرة من السكر.
- 1/2 ملعقة كبيرة من الملح.
- كوب من الزيت.
- سمس.
- كوب من الخميرة البيرة.

طريقة التحضير:

- نقوم بعجن الدقيق والخميرة والسكر في الزيت والماء الدافئ ونتركه ليتخمر.
- يقطع العجين إلي أصابع.
- يدهن وجه العجين باللبن ثم رش السمس ويوضع في الفرن حتى ينضج.

والفلفل والكومون والبهارات والتوم والصلصة والقرصة. يتم وضع الخليط بعد نقله جيدا في مصفاة فوق إناء يتكون به ماء ساخن (حلة الكسكسي وهي متوفرة بالأسواق) وتغرم بتغطيه الإداء.



المأكولات اللذيذة

أكلات الارز الارز اطبوخ بالخلطة

المقادير:

- 3/4 ك من الارز النظيف.
- حزمة من البقدونس والشبث.
- ملعقة كبيرة من الملح.
- ملعقة صغيرة من البهارات.
- ملعقة زيت الزيتون.
- 10 فصوص كبيرة من الثوم.
- ثمرة طماطم.
- ملعقة كمون.
- 3 ثمرات من البصل.
- اوراق نعناع + قرفة.
- واحد ونصف ملعقة صلصة.

طريقة التحضير:

- يغسل الأرز جيداً حتى نتخلص من أي شوائب عالقة به، ثم يخلط الأرز ويضاف إليه الملح والبقدونس والشبث والنعناع والفلفل والكمون والبهارات والثوم والصلصة والقرفة.
- يتم وضع الخليط بعد تقليبه جيداً في مصفاة فوق إناء يكون به ماء ساخن (حلة الكسكسي وهي متوفرة بالاسواق)، ونقوم بتغطيه الإناء.



المأكولات اللذيذة

سندونش عيش البلبل

المقادير:

- كيلو دقيق.
- كوب لبن مذاب فيه الخميرة.
- 1/2 كوب من الزبد.
- 1/2 كوب لبن لدهن السطح وذرة ملح.
- زيتون اسود.

طريقة التحضير:

- يتم وضع خلط الدقيق مع الزبد والملح.
- نعجن الدقيق والماء والخميرة.
- نتركها حتى تخمر.
- اعيد العجين مرة أخرى.
- تقطع العجين علي شكل أصابع.



المأكولات اللذيذة

طريقة التحضير:

- يغسل البصل بعد تقشيريه ويقطع شرائح ويضاف إلي الزيت.
- يقطع اللحم الضان ويتم وضعه في الإناء الذي وضع فيه البصل.
- يضاف كل من الملح والفلفل والبهارات والكمون والفلفل الحار والحمص.
- يضاف إلي الخليط عصير الطماطم ثم يضاف كوبين من الماء لتغطية الخليط ثم يترك.
- يضاف إلي الخليط الفلفل الأخضر ومعه الكوسة ثم يترك الخليط كله في إناء علي النار حتى تتأكدي أنه تم نضجه.
- ينظف الأرز جيداً ويترك لينضج علي البخار ثم يقدم الأرز مع بعض القليل من المرق ويسقي بخلطة البطاطس والكوسة والبصل والحمص وترص قطع اللحم فوقه، ويقدم الطبق ساخن.

الأرز بالزبيب واللوز واللحم

المقادير:

- كوبا أرز مصري.
- ونصف ملعقة صغيرة حبهان مطحون.
- ونصف ملعقة من الزعفران، والبهارات، والقرفة.
- ربع كوب بصل مفروم.
- ربع كيلو لحم ضأن مفروم.



المأكولات اللذيذة

- نعمل تجويف يكون بمنصف تلك المصفاة، وهذا له دور هام حيث سيقوم بتثريب البخار داخل المصفاة لتسهيل عملية التسوية حتى نحصل علي نضج الأرز.
- يرفع من علي النار ويوضع في طبق التقديم.

الأرز اطبوخ

المقادير:

- 1½ ك من الأرز.
- 1½ ك من اللحم الضان.
- 6 ثمرات بطاطس.
- ¾ كوب صغير من زيت الزيتون.
- ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود.
- 1½ ملعقة صغيرة ملح.
- 6 ثمار من قرون الفلفل الحار.
- ½ كوب صغير من عصير الطماطم.
- 1 كوسة.
- كيلو بصل.
- كوب حمص المنقوع في المياه.
- ملعقة فلفل + بهارات + قرفة.
- ثمرة قرع.



- نصف كوب صنوبر مقلي. مع العلم يمكنك فعلها
- ملعقة صغيرة ملح.
- نصف ملعقة صغيرة قرفة مطحونة.
- كوبا أرز.
- كوبين ونصف ماء.

الطريقة

- قومي بغسل الأرز جيداً لعدة مرات، ثم صفيه تماماً من الماء.
- ضعي السمن في إناء علي النار وضعي فيه البصل وقلبي حتى يحمر. ثم أضيفي اللحم والملح والقرفة وقلبي الخليط حتى ينضج اللحم.
- ضعي حبوب الفول فوق اللحم وقلبيها لمدة خمس دقائق.
- أضيفي الماء واتركيها على نار هادئة لمدة عشر دقائق.
- ضعي الأرز في الإناء وغطيه واطهي الخليط على النار لمدة خمس دقائق بعد الغليان. ثم خففي النار وتابعي الطهي لمدة عشرون دقيقة حتى يتبخر الماء.
- ضعي الأرز في طبق التقديم وقدميه ساخناً.

الأرز بالكاري والبازيلاء

المقادير

- كوبان أرز.
- ملعقتا طعام كاري.
- كوبا ماء.
- ربع كوب بصل مفروم.



- نصف كوب زبيب.
- ثلاث أكواب من مرقة اللحم.
- نصف كوب سمن.
- نصف كوب لوز مقشر.
- ملعقة صغيرة ملح.

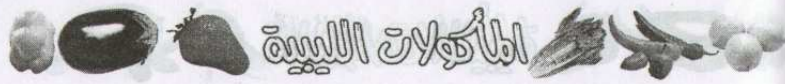
الطريقة

- قومي بغسل الأرز عدة مرات وانقعيه بالماء الدافئ.
- حمري اللوز بالسمن حتى يصبح ذهبي اللون.
- ارفعي اللوز من السمن وأضيفي البصل المفروم وقلبيه على النار حتى يذبل.
- أضيفي اللحم المفروم إلى البصل وقلبيه على النار لمدة خمس دقائق. ثم أضيفي البهارات والملح والزبيب إلى اللحم وقلبي الخليط جيداً.
- أضيفي المرقة إلى اللحم واتركيه على النار ليغلي الخليط.
- صفي الأرز وأضيفيه إلى المرقة وقلبيه ، ثم غطي الإناء واتركيه على نار هادئة لمدة ثلاثين دقيقة.
- ضعي الأرز في طبق التقديم وقدميه ساخناً.

أرز بالفول الأخضر

المقادير

- نصف كيلو لحم مفروم.
- نصف كيلو حبوب فول أخضر.
- ثلاث بصلات متوسطة مفرومة.
- ملعقتان كبيرتان سمن.



- ملعقتان صغيرتان ملح.
- نصف ملعقة صغيرة بهارات مطحون.
- كوبا أرز طويل.
- نصف كيلو لحم مفروم. ربع كوب صنوبر محمر.
- نصف كوب لوز مقشر ومحمر.
- بصلتان صغيرتان.
- حبة من كل من الحبهان وجوزة الطيب والقرنفل.

الطريقة

- قومي بقلي قطع الدجاج بالزيت حتى تحمر. ضعي قطع الدجاج في إناء مع البصلة ثم أضيفي إليها ملعقة صغيرة ملح.
- اغمري قطع الدجاج في الماء ثم أضيفي الحبهان والقرنفل وجوزة الطيب وعودان القرفة. ثم غطي الإناء واطهي الدجاج على نار هادئة لمدة ثلاثين دقيقة حتى ينضج. ثم صفي المرققة.
- اقلي اللحم المفروم مع الملح والبهارات والقرفة وقلبيها على نار هادئة حتى تنضج.
- أضيفي الأرز إلى اللحم وقلبي الخليط على نار هادئة لمدة ثلاث دقائق.
- خذي أربعة أكواب من مرق الدجاج الساخن وصبيه فوق الأرز. ثم أضيفي الفطر واطهيه في الإناء المغطى على حرارة مرتفعة لمدة خمس دقائق حتى يغلي ثم خففي الحرارة واتركيه لمدة عشرين دقيقة أخرى حتى يتبخر ماؤه.



- أربعة ملاعق طعام زبدة.
- ثلاث حبات طماطم حمراء مفرومة.
- كوبا حبوب بازيلاء.
- حبتان فلفل أخضر مفروم.
- ملح وبهارات وفلفل أسود.

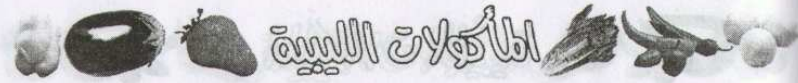
الطريقة

- ضعي الزبدة في إناء عميق على النار وضعي البصل والفلفل في الزبدة وقلبيهما لمدة خمس دقائق، ثم أضيفي الطماطم وقلبي الخليط لمدة خمس دقائق أخرى.
- أضيفي الملح والبهارات والكاري والبازيلاء ثم الماء إلى الخليط.
- قومي بغسل الأرز وصفيه ثم أضيفيه إلى الإناء وقلبيه جيداً ثم غطي الإناء واتركيه حتى يغلي ثم خففي النار واتركيه على نار هادئة حتى ينضج.
- ضعي الأرز في طبق التقديم وقدميه ساخناً.

أرز بالدجاج

المقادير

- كيلو ونصف دجاج مقطع إلى 4 قطع.
- عودا قرفة.
- ربع كوب زيت نباتي.
- ملعقتا طعام سمن.
- كوب فطر مسلووق.
- ملعقة صغيرة قرفة مطحونة.



- اعصري حبات الطماطم في الخلاط وأضيفيه مع الزبيب واللوز وثلاثة أكواب ماء إلى اللحم.
- غطي الإناء واتركيه على النار لمدة ثلاثين دقيقة حتى يغلي الخليط وينضج اللحم.
- أضيفي الأرز واخلطيه جيداً مع اللحم والبصل.
- بعد أن يغلي الأرز خففي النار واتركيه لمدة ثلاثين دقيقة أخرى.
- قومي بوضع الأرز ساخناً في طبق التقديم وقدميه ساخناً.

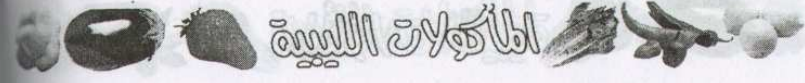
أرز بالجمبري

المقادير

- نصف كيلو جمبري مقشر.
- كوبا أرز طويل الحبة.
- ربع كوب بازلاء مجففة.
- ربع كوب لوز مقشر ومدقوق.
- نصف كوب بصل مقشر ومفروم فرماً ناعماً.
- فصا ثوم مقشران ومهروسان.
- ربع كوب زيت نباتي.
- ملعقة صغيرة ملح.
- ملعقة صغيرة زعفران مطحون.
- ربع ملعقة صغيرة زنجبيل مطحون. وفلفل مطحون.

الطريقة

- قومي بتنظيف الجمبري جيداً وصفيه من الماء.
- اغسلي الأرز لعدة مرات وصفيه من الماء تماماً.



- ضعي الأرز في طبق التقديم وضعي فوقه الدجاج المحمر وزينيه باللوز والصنوبر المقلي وقدميه ساخناً.

الأرز البخاري

المقادير

- نصف كيلو أرز.
- ربع كوب بصل مقطع إلى شرائح.
- نصف كيلو طماطم.
- نصف كيلو لحم موزة.
- نصف كوب زيت.
- خمسة أعواد قرفة وخمسة حبوب حبهان.
- ربع كوب زبيب.
- كوب جزر مبشور.
- نصف كوب لوز مقشر ومحمر.
- كمية قليلة من الزعفران.
- ملعقة صغيرة من الملح.

الطريقة

- قومي بغسل الأرز جيداً وصفيه.
- اقلي البصل في الزيت حتى يحمر.
- أضيفي اللحم إلى الزيت وحمريه لمدة خمس دقائق.
- أضيفي الجزر إلى اللحم والبصل وقلبي الخليط لمدة عشر دقائق.
- أضيفي حبوب الحبهان والفلفل والقرفة والملح إلى خليط اللحم وقلبيه على النار.



المأكولات اللذيذة

- اقدحي السمن في إناء علي النار وضعي الشعيرية بعد تكسيرها فيه واقليها حتي يصبح لونها ذهبياً، ثم صفي الأرز واخلطيه مع الشعيرية.
- أضيفي إليهم الماء والملح واتركيه على نار قوية ثم خففي الحرارة وضعي تحت الإناء صفيحة معدنية واتركيه على نار هادئة حتى ينضج.
- ضعي الأرز في طبق التقديم وقدميه ساخناً.

أرز بالبادنجان

المقادير

- كوبا أرز.
- نصف كيلو لحم مفروم.
- كيلو بادنجان متوسط مستدير.
- نصف كوب صنوبر ولوز محمصين.
- ربع ملعقة صغيرة فلفل أسود مطحون.
- ملعقة صغيرة بهارات مطحون.
- نصف ملعقة صغيرة قرفة مطحونة.
- ملعقتان كبيرتان سمن.
- أربعة أكواب زيت نباتي.
- أربعة أكواب ماء.

الطريقة

- قومي بغسل الأرز جيداً ثم صفيه من الماء.
- قشري البادنجان وقطعيه بالطول إلى قطع سميكة، ثم انثري عليها الملح واتركيها جانبا لمدة ستون دقيقة.



المأكولات اللذيذة

- ضعي إناء به زيت علي النار وقلبي فيه الجمبري لمدة خمس دقائق في درجة حرارة مرتفعة، ثم ارفعيه من الزيت وضعيه علي ورق ماص.
- أضيفي إلي الإناء بقية المقادير ما عدا الأرز وقلبي لمدة دقيقتين.
- أضيفي أربعة أكواب من الماء واغليه لمدة عشر دقائق على نار معتدلة الحرارة.
- أضيفي الأرز إلي الخليط مع مراعاة أن يكون الماء مغطي جميع المقادير في الإناء.
- اطهي الخليط على النار لمدة خمس وعشرون دقيقة حتى ينضج الأرز. ثم أضيفي الجمبري مع التقليب.
- ضعي الأرز بالجمبري في طبق التقديم وقدميه ساخناً.

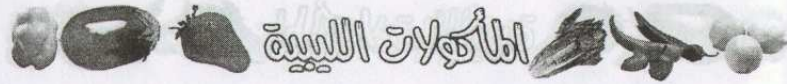
الأرز بالشعيرية

المقادير

- كوبان أرز.
- ربع كيلو شعيرية.
- ملعقتان كبيرتان سمن.
- واثنین ونصف كوب ماء مغلي.
- كمية قليلة من الملح.

الطريقة

- قومي بتنقية الأرز ثم اغسليه جيداً ثم انقيعه في ماء بارد لمدة ساعة مع التقليب المتكرر من حين لآخر.



- ملعقة طعام زعفران.
- ملعقتان صغيرتان ملح.
- ورق خس مقطّع.
- خمس أكواب مرقة لحم.
- كوب لوز مقشر.
- أربع ملاعق طعام زبدة.

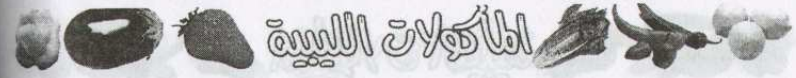
الطريقة

- قومي بتقوية الأرز جيداً ثم اغسليه لعدة مرات وصفيه من الماء.
- ضعي مرق اللحم في وعاء على النار وأضيفي الملح والزعفران وملعقتين زبدة ثم اطهي الأرز حتى ينضج.
- اقلي اللوز المقشر والفسنق بالزبدة حتى يحمران ثم أضيفي الكريما إليهما وارفعيه عن النار فوراً.
- ضعي الأرز في طبق التقديم وصبي فوقه الصلصة قبل التقديم واتركيه لمدة خمس عشرة دقيقة ثم زينه بأوراق الخس المفروم ثم قدميه ساخناً.

أرز باللحم

المقادير

- ربع كيلو لحم مفروم.
- كوب سمن. وكوبان أرز.
- نصف ملعقة صغيرة ملح.
- ملعقة صغيرة جبهان مطحون.
- ملعقتان كبيرتان فسنق.



- سخني الزيت في المقلاة على نار معتدلة ثم اقلي فيه قطع الباذنجان. ثم ارفعها وضعها على ورق ماص.
- ضعي اللحم مع الملح والتوابل في إناء وقلبي الخليط حتى ينضج.
- رتبي قليلاً من اللحم في وسط قعر الإناء المعد للطبخ واحتفظي بالباقي منه لوضعه فوق قطع الباذنجان المقلية.
- رتبي قطع الباذنجان المقلية والمصفاة فوق اللحم وعلى الجوانب وأضيفي الكمية الباقية من اللحم ثم أضيفي الأرز فوق اللحم وأضيفي أربعة أكواب من الماء إلى الأرز تدريجياً حتى لا يتغير ترتيب الأرز والباذنجان.
- ضعي القدر على النار، اتركها حتى الغليان ثم خففي النار إلى هادئة.
- غطي القدر واتركها مدة 25 دقيقة حتى يتبخر الماء بعدة دقائق من رفع القدر.
- إقلبي القدر على صينية أو طبق أكبر من حجم القدر وارفعها بتأن حتى لا يتغير ترتيب الطعام.
- ضعيها في طبق التقديم ورشي الصنوبر واللوز المحمر على الوجه وقدميها ساخنة.

الأرز بالزعفران والكمثرى

المقادير

- كوبان أرز.
- ملعقتان كبيرتان كريما طازجة.
- ملعقتان طعام فسنق.



المأكولات اللذيذة

- هدي النار تحت الإناء وغطيه واتركيه علي النار لمدة ثلاثين دقيقة.
- ضعي الأرز في طبق التقديم وزينيه بالصنوبر واللوز والفسق و قدميه ساخناً.

- كيلو من اللحم المفروم
- كيلو من الكرونة
- كيلو من البصل
- كيلو من الكزبرة
- ملعقة ملح
- ملعقة كمون
- ملعقة من الحبة المطحونة
- ملعقة فلفل الاسود و بهارات
- كوب من الحنظل
- كوب بسلة
- كوب زيت الزيتون
- قطع اللحم الى مكعبات



المأكولات اللذيذة

- نصف كوب لوز مقشر.
- ملعقتا طعام صنوبر.
- ثلاث أكواب ماء. نصف ملعقة صغيرة قرفة.
- نصف ملعقة صغيرة بهارات.
- نصف ملعقة صغيرة زعفران.

الطريقة

- قومي بتنقية الصنوبر من الأوساخ.
- ونقي الفستق واللوز من القشر وضعي كل منهم على حدة.
- ثم انقعي اللوز في الماء المغلي لمدة ثلاث دقائق حتي يسهل نزع قشوره بالضغط على اللوز بالأصابع.
- اغسلي اللوز واتركيه جانبا حتى يصفى من الماء.
- ضعي السمن في وعاء على نار متوسطة الحرارة.
- حمري الصنوبر في السمن ثم ارفعيه من السمن وضعيه جانبا.
- حمري اللوز في السمن على النار مع التقليب باستمرار حتى يحمر.
- ارفعي اللوز من السمن و صفيه.
- أضيفي الفستق إلى السمن الذي حُمّر فيه اللوز وقلبيه على النار لمدة دقيقة ثم ارفعيه من السمن وأضيفيه إلى اللوز.
- أضيفي اللحم المفروم إلى السمن وقلبيه على النار لمدة خمس دقائق وأضيفي الملح وجميع التوابل. ثم أضيفي الماء واتركيه علي النار.
- قومي بتنقية الأرز واغسله لعدة مرات بالماء وصقيه ثم أضيفي الأرز إلى اللحم والماء المغلي وقلبيه بشوكة.



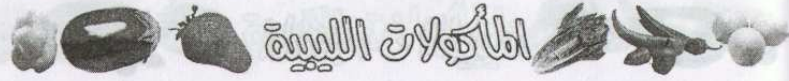
اطباق المكرونة المكرونة بالبصل

المقادير:

- كيلو من اللحم.
- كوب زيت الزيتون.
- كوب حمص المنقوع.
- كيلو مكرونة .
- 1/2 ك بصل.
- ملعقة ملح.
- ملعقة فلفل أسود.
- ملعقة فلفل الأحمر.
- كوبين ماء.
- قرفة.

طريقة التحضير:

- تقطع اللحم قطع متوسطة الحجم.
- نقوم بتتبيلها بالفلفل الأسود والملح.
- يقطع البصل شرائح ثم نضع اللحم المتبل والبصل في الزيت الساخن المحمي حتى ينضج.
- بعد التأكد من نضوج اللحم مع البصل نضيف عصير الطماطم مع الفلفل الأحمر ثم يتم وضع الماء علي الخليط ويترك حتى ينضج.



- تسلق المكرونة وتصفى في مصفاة، ثم توضع في طبق ويتم وضع القليل من مرق اللحم والبصل ويتم تقليه جيداً.
- يضاف القليل من القرفة، يضاف قطع اللحم علي المكرونة مع البصل والحمص بشكل جميل في طبق التقديم.

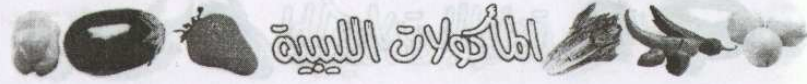
المكرونة اطبكبه

المقادير:

- كيلو من اللحم الضان.
- كيلو من المكرونة.
- بصلة كبيرة.
- ملعقة ملح.
- ملعقة كمون.
- ملعقة من الحلبة المطحونة.
- ملعقة فلفل الأسود والبهارات.
- كوب من الحمص.
- كوب بسلة .
- كوب عصير الطماطم.
- كوب زيت الزيتون.

طريقة التحضير:

- نبشر البصل ونضعه في الزيت ليتحمر.
- تقطع اللحم إلي مكعبات.



المأكولات اللذيذة

فلهلستان

رقم الصفحة

3

5

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

16

17

18

19

20

20

21

22

23

الموضوع

المقدمة

أولاً: الحلويات اللذيذة

الشوكية

شباك حبيبي

النمرية

أصابع القرفة وعسل المكسرات

حلوى عين الطرجان

حلوى النمر بالشيكولاته

الغريبة

الغريبة العيون

الغريبة بالعسل

الغريبة بدقيق السميط

السيبوسة

الطارينه

السيبوسة بالزبادي

كرات الثلج

بسكويت الهدايا

حلوى العمبر

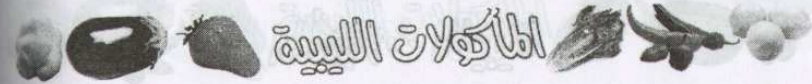
العمبر واللوز

الحلوى المشكلة

الكليوه

كرات العسل

اللوزية



المأكولات اللذيذة

• يضاف اللحم إلي البصل المحمر في زيت مع اضافة الكمون والفلفل والبهارات والملح.

• يقلب الخليط ثم يترك لمدة 10 دقائق.

• يتم وضع عصير الطماطم والحمص المنقوع والحلبة ويترك حتى ينضج.

• يضاف إليه 3 أكواب من الماء، ثم يترك الخليط حتى يغلي.

• بعد أن يغلي يمكنك وضع المكرونة وتترك حتى تنضج، مع الحذر أثناء التقليب حتي لا تتعجن المكرونة.

• الآن يمكن تقديم طبق المكرونة المببكرة ساخنة ولذيذة.

• ملحقة فلفل الأحمر.

• كوبين ماء.

• قرفة.

• طريقة التقديم.

• تقطع اللحم قطع متوسط الحجم.

• تقوم بتقليبها بالفلفل الأسود والملح.

• تقطع البصل شرائح ثم نضع اللحم على البصل.

• نضع الحمص حتى ينضج.

• بعد التأكد من نضوج اللحم مع البصل نضع الخليط

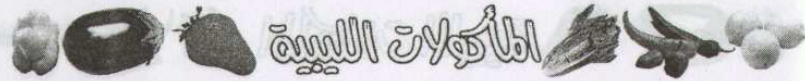
الطماطم مع الفلفل الأحمر ثم نضع الخليط على الأنضج ويترك حتى ينضج.

المأكولات اللذيذة

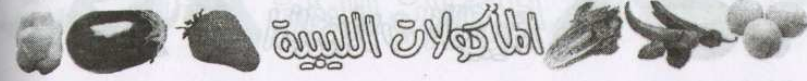
53	قطايف الجبنة
54	دواليب الهوا
55	السميد بالجبين
56	الجلابش بالقشدة او الجبنة
57	تمرة بجوز الهند
58	ارز بالقرفة والكراوية
59	أم علي
61	ناخ اطلق
62	كحك الشاي
65	الكحك المظفور امالطخ
66	لقمة القاضي
68	الاييس كريم
69	اييس كريم مشكك
70	اييس كريم بالفراولة
71	اييس كريم بالفانيليا
72	اكلات الكيك
73	الكيك البسيطة
74	كيك الشيكولانه
76	كيك الكراميل
78	كيك البرنقال
79	كيك الزبيب وامكسرات
80	الكيك باطاء
81	كيك جوز الهند والزبيب
82	اكلات البسكويت
83	بسكويت البرنقال
84	بسكويت الشيكولانه

المأكولات اللذيذة

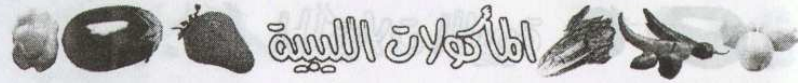
24	الشوكية
25	الهالية
26	بسيمه [جوز الهند]
26	مدلوقة
28	الخبيصة
29	عيش السرايا
30	الأرز بالحليب
31	حلاوة الأرز
33	معمول امد
35	البرازق
36	تمرية
37	الحريرة
38	كشك الفقراء
39	جوز الهند بالسميد
40	مفتقة
41	المبرومة
42	كنافة بالفسنق
43	قشطلية بعسل السكر
44	ارز بلبن برنقال
46	اطلبن
47	سهرية
48	النوجا
49	المرقق
50	شعيرية بالحليب
50	السنبوسة
52	القطايف بالقشدة



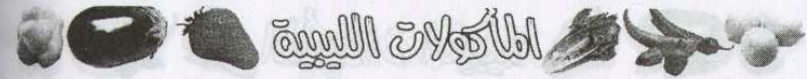
122	بسكويت عين الصقر
124	بسكويت بالشيكولاته الخضراء
126	حلوى المكسرات
128	شيكولاته الفورميسول
	ملحقات الحلويات اللذيذة الملون
	الخشاف
	مهلبية
	قمع العيد
	معكرون
	النمورة
	بلورية
	غريبة
	الزلايا
	البورما
	الكرابيه
	حلاوة الجبنة
	كنافة بالجبنة
	الصفوف
	معمول اطرا
	قطايف
	الشعبيات
	المأكولات اللذيذة
129	مواد غذائية هامة للجسم
131	المأكولات اللذيذة الشهية
133	سيدنى ربة البيت
137	نصائح هامة تفيدك



86	بسكويت بالكريمة
87	بسكويت اليانسون
89	بسكويت عين البعوضة
90	بسكويت القهوة
91	بسكويت عيد اطياد
93	بسكويت الكاكاو
94	بسكويت اطارنج
96	بسكويت بالبندق
97	كريمة الشيكولاتة اللامعة
98	اطارنج اللبن
99	كريمة اطاء
100	كريمة اطاء بالشيكولاته
101	كريمة البرتقال باطاء
102	الكريمة اطلاقية
103	ثورثة الكريسماس
105	طرق جمعك الثورثة
107	ثورثة التفاح
108	ثورثة السبليه
110	ثورثة الأيس كريم
112	جانوه الكاسانا
114	جانوه بالكريز
116	جانوه بالكريمة
117	البندقية
118	الشيكولاتة البيضاء
119	السلة بالكسردة
121	حلوى البيض



170	الباذنجان المقلبي
171	الباذنجان باللحم
172	الكسكسي السادة
173	تشكيد عجينة البيّنزا
180	بيّنزا البطاطا
181	بيّنزا البصل
182	بيّنزا الثونة
184	بيّنزا السمك
185	بيّنزا السردين
186	بيّنزا الجميري
188	البيّنزا بالجبن الرومي
189	بيّنزا بالجبن الأبيض
190	عجة البصل
191	العجة باللحم
193	عجة البطاطا
195	السمبوسة
196	اليزيم
197	الذ السندونشات اللببية
198	سندونش عيش البلبل
199	الأرز الطبوخ بالخلطة
200	الأرز الطبوخ
201	الأرز بالزبيب واللوز واللحم
202	أرز بالبقول الأخضر
203	الأرز بالكاري والبازياء
204	أرز بالرجاج
206	الأرز البخاري



140	كيفية إعداد البهارات
145	حساء الخضار
146	حساء الأرز باللحم
147	حساء السبانخ مع أفراص الكبة
148	حساء الطماطم
149	حساء السمك
150	سلطة الباذنجان
151	سلطة الطحينة بالباذنجان
152	البابا غنوخ بالزبادي
152	سلطة مشوية
153	سلطة الشرمولة
154	سلطة طماطم عادية
155	سلطة الطحوف والطماطم
155	سلطة اللبن بالخيار
156	السلطة التونسية
157	سلطة الزعر الأخضر
157	سلطة الفطر
158	سلطة الشمندر بالطحينة
159	سلطة الفاصوليا البيضاء
160	الصلصة الفرنسية
161	بوريك البطاطا اللببية
162	بيّنزا البطاطا
164	عجة الفرن
166	البطاطا اللببية
167	الطبخ بالبطاطا
168	عجة البطاطا المسلوقة

المأكولات الليبية

- 207 أرز بالجمبري
 208 الأرز بالشعيرية
 209 أرز بالباذنجان
 210 الأرز بالزعفران والكمثرى
 211 أرز باللحم
 214 المكرونة بالبصل
 215 المكرونة الطيكة
 مالحف المأكولات الليبية الملون
 الدجاج بالبادنجان
 دجاج مشوي بالروسكو
 الدجاج بالزبادي والنعناع
 قطع الثوست بالدجاج
 شاورما الدجاج
 محشي السليس بالدجاج
 افخاذ الدجاج المحشية
 دجاج في الفرن
 دجاج بالنوابل
 برياني الدجاج في الفرن
 صينية الدجاج والبطاطس
 طرقوق
 محشي ورق العنب
 مجبوس العيد
 مسقعة الباذنجان
 طبق الريحان المشوية

في هذا الكتاب

طرق سهلة وبسيطة لعمل :

- اللوزة، الشوكية، الهلالية، كعك المظفور المالح، عيون الغريبة، حلوى عين المرجان، التمرية، شبك حبيبي، بسكويت عين الصقر، البندقية، بسكويت عين اليمامة، وحلوى العمبر، والعمبر باللوز والكلوية.
- سلطة الشرمولا، بوريك البطاطا الليبية، بيتزا البطاطا، الطبهج بالبطاطا، الكسكسي الليبي، البزيم، عش البلب، الأرز المبوخ، الماكرونة المبككة.
- أكثر من 200 صنف من أشهى الحلويات والمأكولات الليبية.

تمناني لك وللأسرة من بذور الصحة

أخي الكريم
تذكر جهد غيرك ولا تحرمهم من الدعاء الصالح



تم التصميم

BY: iL MaS

مدونتي

<http://mostafamas.maktoobblog.com/>